

Утверждаю
ООО «Школьное питание г.о.Жигулевск»
Директор С.А.Кустова

Меню на "20 " января 2026 г
для обучающихся 1 — 4 классов

Согласовано
ГБОУ С (О)ОШ № 13
Директор ГБОУ СОШ № 13

7 день цикл. меню (аллергия на рыбу)

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход, г | Цена, руб | Химический состав | | | |
|-------------|---|-------------|---------------|-------------------|--------------|---------------|----------------|
| | | | | белки, г | жиры, г | углеводы, г | ЭЦ, ккал |
| | Завтрак | | | | | | |
| 175 | Каша вязкая молочная из риса и пшена (крупа рисовая, крупа пшено, молоко 2,5 %, слив. масло 72%, сахар, йодир. соль.) | 160/10 | 30,00 | 4,50 | 10,98 | 26,43 | 223,14 |
| ПР/ПР | Сырники творожные со сгущенным молоком (творог, яйцо, сахар, масло растительное, молоко сгущенное) | 50/20 | 35,50 | 10,49 | 8,02 | 17,79 | 119,60 |
| 376 | Чай с сахаром (чай черный, сахар) | 200/15 | 10,00 | 0,10 | 0,03 | 10,01 | 40,66 |
| ПР | Батон нарезной (мука пшеничная, дрожжи, раст. масло, сахар, йодир. соль) | 45 | 6,56 | 3,80 | 0,72 | 25,66 | 130,62 |
| | Итого: | 500 | 82,06 | 18,89 | 19,75 | 79,89 | 514,02 |
| | Обед | | | | | | |
| 108/109 | Суп картофельный с клецками на бульоне из мяса цыплят, зеленью (картофель, морковь, лук репч., мясо кур., пшен. мука, яйцо кур., раст.масло, укроп зелень, йодир. соль) | 200/15/1 | 30,00 | 8,36 | 7,59 | 27,19 | 196,98 |
| 295/331 | Котлеты рубленые из цыплят с соусом сметанным с томатом (мясо кур., пшен. хлеб, молоко 2,5 %, пшен. сухари, раст.масло, йодир.сол, сметана 15%, томат.пюре, мука пшеничная) | 50/40 | 46,00 | 9,21 | 9,97 | 10,19 | 176,79 |
| 302 | Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, соль йодированная, масло сливочное) | 160 | 20,00 | 3,61 | 6,61 | 21,40 | 227,18 |
| 389 | Сок фруктовый | 200 | 14,00 | 0,20 | 0,26 | 22,60 | 92,00 |
| ПР | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.) | 25/15 | 4,91 | 2,86 | 0,39 | 18,75 | 89,95 |
| | Итого: | 706 | 114,91 | 24,69 | 25,30 | 100,13 | 782,90 |
| | Всего: | 1206 | 196,97 | 43,58 | 45,05 | 180,02 | 1296,92 |

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

Иванова И.И.

ООО «Школьное питание г.о.Жигулевск»

Директор С.А.Куестова

ГБОУ С (О)ОШ № 13

Директор 1869

Меню на "20 " января 2026 г
для обучающихся 1 — 4 классов

7 день цикл. меню(молочный белок)

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход, г | Цена, руб | Химический состав | | | |
|-------------|---|-------------|---------------|-------------------|--------------|---------------|----------------|
| | | | | белки, г | жиры, г | углеводы, г | ЭЦ, ккал |
| | Завтрак | | | | | | |
| 302 | Каша пшенная рассыпчатая с маслом растительным на воде (круп. пшено, масло растит. соль йодир.) | 180/10 | 43,00 | 14,23 | 10,81 | 24,79 | 213,96 |
| ПР | Десерт фруктовый(яблоко) | 100 | 23,00 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 |
| 376 | Чай с сахаром (чай черный, сахар) | 200/15 | 10,00 | 0,10 | 0,03 | 10,01 | 40,66 |
| ПР | Батон нарезной (мука пшеничная, дрожжи, раст. масло, сахар, йодир. соль) | 45 | 6,06 | 3,80 | 0,72 | 25,66 | 130,62 |
| | Итого: | 500 | 82,06 | 18,53 | 11,96 | 70,26 | 432,24 |
| | | | | | | | |
| | Обед | | | | | | |
| 108/109 | Суп картофельный с клецками на бульоне из мяса цыплят, зеленью (картофель, морковь, лук репч.,мясо кур., пшен. мука, яйцо кур., раст.масло,укроп зелень, йодир. соль) | 200/15/1 | 30,00 | 8,36 | 7,59 | 27,19 | 196,98 |
| 98.06/540 | Котлета мясо-рыбная "Веста" с соусом красным основным (филе цыпленка, филе минтая, морковь, лук реч., хлеб пшен., раст.масло,томатное пюре,мука пшен.) | 50/40 | 46,00 | 9,66 | 10,45 | 10,43 | 163,42 |
| 302 | Каша гречневая рассыпчатая (круп. гречневая,соль йодированная,масло растительное) | 160 | 20,00 | 3,61 | 6,61 | 21,40 | 227,18 |
| 389 | Сок фруктовый | 200 | 14,00 | 0,20 | 0,26 | 22,60 | 92,00 |
| ПР | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.) | 25/15 | 4,91 | 2,86 | 0,39 | 18,75 | 89,95 |
| | Итого: | 706 | 114,91 | 24,69 | 25,30 | 100,37 | 769,53 |
| | Всего: | 1206 | 196,97 | 43,22 | 37,26 | 170,63 | 1201,77 |

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

А.В. Куестова