



Утверждено

ООФ «Школьное питание г.о.Жигулевск»

Директор С.А.Кустова

Согласовано

ГБОУ С (О)ОШ № 13

Директор

ГБОУ  
СОШ № 13

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

7 день цикл. меню(аллергия на рыбу)

| № рецептуры    | Наименование блюда   | Выход, г    | Цена, руб     | Химический состав |              |               |                |
|----------------|--|-------------|---------------|-------------------|--------------|---------------|----------------|
|                |  |             |               | белки, г          | жиры, г      | углеводы, г   | ЭЦ, ккал       |
| <b>Завтрак</b> |  |             |               |                   |              |               |                |
| 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 сгущеное)  | 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         |
| <b>Итого:</b>  |  | <b>500</b>  | <b>82,06</b>  | <b>18,89</b>      | <b>19,75</b> | <b>79,89</b>  | <b>514,02</b>  |
| <b>Обед</b>    |  |             |               |                   |              |               |                |
| 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          |
| <b>Итого:</b>  |  | <b>706</b>  | <b>114,91</b> | <b>24,69</b>      | <b>25,30</b> | <b>100,13</b> | <b>782,90</b>  |
| <b>Всего:</b>  |  | <b>1206</b> | <b>196,97</b> | <b>43,58</b>      | <b>45,05</b> | <b>180,02</b> | <b>1296,92</b> |

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

Али  
Журавлева У.Н.



ООО «Школьное питание г.о.Жигулевск»

**Директор ГОРОДСКОГО ОКРУГА С.А.Кустова**

А.Кустова

## 7 день цикл. меню(молочный белок)

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



**ГБОУ С (О)ОН №**

Директор

17-03

CPH N<sub>2</sub>

| № рецептуры | Наименование блюда   | Выход, г    | Цена, руб     | Химический состав |              |               |                |
|-------------|--|-------------|---------------|-------------------|--------------|---------------|----------------|
|             |  |             |               | белки, г          | жиры, г      | углеводы, г   | ЭП, ккал       |
|             | <b>Завтрак</b>   |             |               |                   |              |               |                |
| 302         | Каша пшенная рассыпчатая с маслом растительным на воде (крупа 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         |
|             | <b>Итого:</b>  | <b>500</b>  | <b>82,06</b>  | <b>18,53</b>      | <b>11,96</b> | <b>70,26</b>  | <b>432,24</b>  |
|             | <b>Обед</b>  |             |               |                   |              |               |                |
| 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 (крупа 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          |
|             | <b>Итого:</b>  | <b>706</b>  | <b>114,91</b> | <b>24,69</b>      | <b>25,30</b> | <b>100,37</b> | <b>769,53</b>  |
|             | <b>Всего:</b>  | <b>1206</b> | <b>196,97</b> | <b>43,22</b>      | <b>37,26</b> | <b>170,63</b> | <b>1201,77</b> |

Продукты не содержат ГМО

### **Заведующий производством**

Aly Nguyenba Th.