



Утверждаю  
ООО "Школьное питание г.о.Жигулевск"  
Директора РДСКОУГРУГА  
С.А.Кустова  
8 день цикл. меню

Меню на " 21" января 2026 г.  
для обучающихся 1 — 4 классов



ГБОУ С (О)ОШ № 13

Директор

ГВИ  
СОШ № 13

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭД, ккал
<b>Завтрак</b>							
25	Салат «Степной»	60	12,00	0,84	3,70	4,38	52,69
251	Грудка куриная (филе ) тушеная с томатом и луком (мясо цыплят, томат-паста, лук репч.соль йод.масло раст.)	40/50	36,00	10,98	8,74	20,20	109,54
305/136	Рис с овощами (крупа рисовая, морковь, лук репч., раст. масло, слив. масло, йодир. соль)	150	20,00	3,55	6,68	24,82	155,18
377	Чай фруктовый с сахаром (с/м смородина) (чай черный, сахар, смородина св./мор.)	200/15	10,00	0,13	0,02	15,20	62,00
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный(мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	20/15	4,06	2,60	0,42	15,69	77,10
<b>Итого:</b>		<b>550</b>	<b>82,06</b>	<b>18,10</b>	<b>19,56</b>	<b>80,29</b>	<b>456,51</b>
<b>Обед</b>							
21	Салат из соленого огурца с репч.луком	60	12,00	0,51	3,06	1,56	36,98
103	Суп картофельный с макаронными изделиями (картофель, морковь, лук репч., макаронные изделия, раст. масло, укроп зелень, йодир. соль)	200/15/1	30,00	3,75	2,31	14,06	128,03
284/331	Запеканка картофельная с мясом (грудка куриная) (грудки куриные, картофель очищенный, лук репчатый, сметана, масло растит., масло слив., сухари паниров., там.паста, соль йодиров.)	40/170/40	58,00	16,88	19,18	49,48	324,20
377	Чай с апельсином с сахаром (чай черный, сахар, лимон св.)	200/15	10,00	0,16	0,03	10,22	62,99
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>781</b>	<b>114,91</b>	<b>24,16</b>	<b>25,01</b>	<b>100,66</b>	<b>711,15</b>
<b>Всего:</b>		<b>1331</b>	<b>196,97</b>	<b>42,26</b>	<b>44,57</b>	<b>180,95</b>	<b>1 167,66</b>

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

*Л.Н.*, *Дудаевский,*



Утверждаю  
ООО "Школьное питание г.о. Жигулевск"  
Городского округа  
Директор С.А.Кустова

8 день цикл. меню(молочный белок)

Меню на " 21" января 2026 г.  
для обучающихся 1 — 4 классов



Согласовано  
ГБОУ С (О) ОУ № 1347  
Директор С.А.Кустова

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
<b>Завтрак</b>							
25	Салат «Степной»	60	12,00	0,84	3,70	4,38	52,69
251	Грудка куриная (филе) тушеная с томатом и луком (мясо цыплят, томат-паста, лук репч. соль йод. масло раст.)	40/50	36,00	10,98	8,74	20,20	109,54
305/136	Рис с овощами (крупа рисовая, морковь, лук репч., раст. масло.. Йодир. Соль)	150	20,00	3,55	6,68	24,82	155,18
377	Чай фруктовый с сахаром (с/м смородина) (чай черный, сахар, смородина св./мор.)	200/15	10,00	0,13	0,02	15,20	62,00
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	20/15	4,06	2,60	0,42	15,69	77,10
<b>Итого:</b>		<b>550</b>	<b>82,06</b>	<b>18,10</b>	<b>19,56</b>	<b>80,29</b>	<b>456,51</b>
<b>Обед</b>							
21	Салат из соленого огурца с репч.луком	60	12,00	0,51	3,06	1,56	36,98
106	Суп картофельный с рыбными консервами (картофель, морковь, лук репч., крупа, раст. масло, укроп зелень, консервы рыбные, йодир. соль)	200/15/1	30,00	3,75	2,35	20,65	197,03
284	Запеканка картофельная с мясом (грудка куриная) (грудки куриные, картофель очищенный, лук репчатый, масло растит., сухари паниров., там.паста, соль йодиров.)	40/170/40	58,00	16,88	19,18	49,48	324,20
377	Чай с апельсином с сахаром (чай черный, сахар, лимон св.)	200/15	10,00	0,16	0,03	10,22	62,99
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>781</b>	<b>114,91</b>	<b>24,16</b>	<b>25,01</b>	<b>100,66</b>	<b>711,15</b>
<b>Всего:</b>		<b>1331</b>	<b>196,97</b>	<b>42,26</b>	<b>44,57</b>	<b>180,95</b>	<b>1 167,66</b>

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

Анна Кузнецова