



ООО «Школьное питание г.о.Жигулевск»

Директор С.А.Кустова

10 день цикл. меню(аллергия на рыбу)

Меню на "23" января 2026 г  
для обучающихся 1 — 4 классов

ГБОУ С (О)ОШ № 13/1

Директор

ГБОУ  
СОШ № 13

Согласовано

13/1



№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
<b>Завтрак</b>							
295/331	Котлеты рубленые из цыплят с соусом сметанным с томатом (мясо кур., пшен. хлеб, молоко 2,5 %, пшен. сухари, раст.масло, йодир.соль,сметана 15%,томат.пюре,мука пшеничная)	50/40	46,00	12,36	12,35	23,89	183,76
302	Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая,соль йодированная,масло сливочное )	165	20,00	3,61	6,61	21,40	227,18
349	Компот из смеси сухофруктов ( смесь сухофруктов, сахар, лимон. кислота)	210	12,00	0,20	0,26	19,98	79,87
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>500</b>	<b>82,06</b>	<b>18,77</b>	<b>19,64</b>	<b>80,96</b>	<b>567,91</b>
<b>Обед</b>							
67	Винегрет овощной с зеленым горошком	60	12,00	0,87	6,1	5,59	54,36
110/392	Суп картофельный с пельменями(картофель, морковь, лук репч., крупа, раст. масло, укроп зелень,пельмени)	200/1	30,00	5,78	5,10	24,64	211,60
260	Гуляш из свинины ( свинина,лук репчат.,томатн.паста,масло растит.,мука в/с,соль йодир.,лавр.лист)	40/50	38,00	11,46	8,18	14,73	196,03
312	Картофельное пюре (картофель,молоко 2,5%,слив.масло 72%,йодир.соль)	150	20,00	3,28	5,60	22,06	152,24
377	Чай фруктовый с сахаром (черноплодная рябина)(чай черный, сахар, черноплодн.рябина)	200/15	10,00	0,10	0,03	15,00	60,61
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>756</b>	<b>114,91</b>	<b>24,35</b>	<b>25,40</b>	<b>100,77</b>	<b>764,79</b>
<b>Всего:</b>		<b>1256</b>	<b>196,97</b>	<b>43,12</b>	<b>45,04</b>	<b>181,73</b>	<b>1332,70</b>

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

ЛН

Жигулевск



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

**10 день цикл. меню(молочный белок)**

**Меню на "23" января 2026 г  
для обучающихся 1 — 4 классов**

Согласовано  
ГБОУ С (О)ОШ № 15  
Директор



№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
<b>Завтрак</b>							
295/540	Котлеты рубленые из цыплят с соусом красным ОСНОВНЫМ (мясо кур., пшен. хлеб, пшен. сухари, раст.масло, йодир.соль,томат.пюре,мука пшеничная)	50/40	46,00	12,36	12,35	23,89	183,76
302	Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая,соль йодированная,масло растит.)	165	20,00	3,61	6,61	21,40	227,18
349	Компот из смеси сухофруктов (смесь сухофруктов, сахар, лимон. кислота)	210	12,00	0,20	0,26	19,98	79,87
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>500</b>	<b>82,06</b>	<b>18,77</b>	<b>19,64</b>	<b>80,96</b>	<b>567,91</b>
<b>Обед</b>							
67	Винегрет овощной с зеленым горошком	60	12,00	0,87	6,1	5,59	54,36
110/392	Суп картофельный с пельменями(картофель, морковь, лук репч., крупа, раст. масло, укроп зелень,пельмени)	200/1	30,00	5,78	5,10	24,64	211,60
260	Гуляш из свинины (свинина,лук репчат.,томатн.паста,масло растит.,мука в/с,соль йодир.,лавр лист)	40/50	38,00	11,46	8,18	14,73	196,03
310	Картофель отварной с растительным маслом, зеленью (картофель, масло растит., соль йодир.,зелень)	150	20,00	3,28	5,60	22,06	152,24
377	Чай фруктовый с сахаром (черноплодная рябина)(чай черный, сахар, черноплодн.рябина)	200/15	10,00	0,10	0,03	15,00	60,61
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>756</b>	<b>114,91</b>	<b>24,35</b>	<b>25,40</b>	<b>100,77</b>	<b>764,79</b>
<b>Всего:</b>		<b>1256</b>	<b>196,97</b>	<b>43,12</b>	<b>45,04</b>	<b>181,73</b>	<b>1332,70</b>

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

Аи  
Аудиевская