



ООО «Школьное питание г.о.Жигулевск»

Директор С.А.Кустова

ГБОУ С (О)ОШ №



Директор

Меню на "15 " января 2026 г  
для обучающихся 1 — 4 классов

4 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>                                                                                                                                                                       |             |               |                   |              |               |                |
| 305         | Каша «Янтарная» с яблоками (пшено,молоко,яблоки свежие, масло сливочное 72%, сахар,соль йодир.)                                                                                      | 185/10      | 37,06         | 10,73             | 11,22        | 35,78         | 256,36         |
| ПР/ПР       | Блинчики французские со сгущенным молоком(мука пшен,сахар,мол.сыворожка,растит.масло,меланж,сгущ.молоко,соль йодир.,лим.кислота,разрыхлитель)                                        | 70/15       | 35,00         | 7,90              | 6,81         | 29,60         | 161,12         |
| 377         | Чай фруктовый с сахаром (черноплодная рябина)(чай черный, сахар, черноплоди.рябина)                                                                                                  | 205/15      | 10,00         | 0,10              | 0,03         | 15,00         | 60,61          |
|             | <b>Итого:</b>                                                                                                                                                                        | <b>500</b>  | <b>82,06</b>  | <b>18,73</b>      | <b>18,06</b> | <b>80,38</b>  | <b>478,09</b>  |
|             |                                                                                                                                                                                      |             |               |                   |              |               |                |
|             | <b>Обед</b>                                                                                                                                                                          |             |               |                   |              |               |                |
| 55          | Салат из свеклы отварной с солеными огурцами и зел.горошком                                                                                                                          | 60          | 12,00         | 0,86              | 3,66         | 4,01          | 50,87          |
| 113/114     | Суп-лапша домашняя на бульоне из мяса цыплят, зелению (лапша домашняя - мука пшенич., яйца кур., йодир. соль, морковь, лук репч., масло растит., мясо кур., укроп зелень, йод. соль) | 200/15/1    | 30,00         | 8,24              | 4,95         | 28,3          | 233,95         |
| 279/540     | Тефтели из цыплят с соусом красным основным                                                                                                                                          | 60/30       | 38,00         | 8,37              | 9,86         | 9,95          | 189,44         |
| 305/136     | Рис с овощами (крупа рисовая, морковь, лук репч., раст. масло, сляв. масло, йодир. соль)                                                                                             | 150         | 20,00         | 3,55              | 6,68         | 29,82         | 155,18         |
| 376         | Чай с сахаром ( чай черный, сахар)                                                                                                                                                   | 200/15      | 10,00         | 0,10              | 0,03         | 10,01         | 40,66          |
| 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>771</b>  | <b>114,91</b> | <b>23,98</b>      | <b>25,57</b> | <b>100,84</b> | <b>760,05</b>  |
|             | <b>Всего:</b>                                                                                                                                                                        | <b>1271</b> | <b>196,97</b> | <b>43,09</b>      | <b>43,63</b> | <b>181,22</b> | <b>1238,14</b> |

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством



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

Меню на "15 " января 2026 г  
для обучающихся 5 — 11 классов



Согласовано  
ГБОУ С(О)ОШ № 6  
Директор

4 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>                                                                                                                                                                       |             |               |                   |              |               |                |
| 305         | Каша «Янтарная» с яблоками (пшено,молоко,яблоки свежие, масло сливочное 72%, сахар,соль йодир.)                                                                                      | 190/10      | 38,00         | 11,02             | 11,27        | 38,07         | 273,69         |
| ПР          | Блинчики французские со сгущенным молоком(мука пшен,сахар,мол.сыворожка,растит.масло,меланж,сгуц.молоко,соль йодир.,лим.кислота,разрыхлитель)                                        | 70/15       | 35,00         | 7,96              | 6,86         | 29,89         | 161,05         |
| ПР          | Десерт фруктовый(яблоко)                                                                                                                                                             | 80          | 20,00         | 0,40              | 0,40         | 9,80          | 47,00          |
| 377         | Чай фруктовый с сахаром (черноплодная рябина)(чай черный, сахар, черноплodн.рябина)                                                                                                  | 200/15      | 10,00         | 0,10              | 0,03         | 15,00         | 60,61          |
| ПР          | Батон нарезной ( мука пшеничная, дрожжи, раст. масло, сахар, йодир. соль)                                                                                                            | 50          | 7,00          | 4,80              | 0,72         | 27,66         | 136,32         |
|             | <b>Итого:</b>                                                                                                                                                                        | <b>630</b>  | <b>110,00</b> | <b>24,28</b>      | <b>19,28</b> | <b>120,42</b> | <b>678,67</b>  |
|             | <b>Обед</b>                                                                                                                                                                          |             |               |                   |              |               |                |
| 55          | Салат из свеклы отварной с солеными огурцами и зел.горошком                                                                                                                          | 70          | 14,00         | 0,86              | 3,66         | 4,01          | 50,87          |
| 113/114     | Суп-лапша домашняя на бульоне из мяса цыплят, зеленью (лапша домашняя - мука пшенич., яйца кур., йодир. соль, морковь, лук репч., масло растит., мясо кур., укроп зелень, йод. соль) | 250/15/1    | 40,00         | 10,52             | 10,31        | 36,22         | 280,27         |
| 279/540     | Тефтели из цыплят с соусом красным основным                                                                                                                                          | 60/40       | 47,00         | 8,37              | 12,86        | 9,95          | 189,44         |
| 305/136     | Рис с овощами (крупа рисовая, морковь, лук репч., раст. масло, слив. масло, йодир. соль)                                                                                             | 150         | 20,00         | 3,55              | 6,68         | 29,82         | 155,18         |
| 376         | Чай с сахаром ( чай черный, сахар)                                                                                                                                                   | 200/15      | 10,00         | 0,10              | 0,03         | 10,01         | 40,66          |
| ПР          | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный(мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)                                                                                                        | 30/30       | 6,50          | 4,26              | 0,75         | 28,35         | 137,37         |
|             | <b>Итого:</b>                                                                                                                                                                        | <b>826</b>  | <b>137,50</b> | <b>27,66</b>      | <b>34,29</b> | <b>118,36</b> | <b>853,79</b>  |
|             | <b>Всего:</b>                                                                                                                                                                        | <b>1456</b> | <b>247,50</b> | <b>51,94</b>      | <b>53,57</b> | <b>238,78</b> | <b>1532,46</b> |

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством