



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



Согласовано  
 ГБОУ С (О)ОШ № 16  
 Директор Д.И.Сидорова

Меню на "06" ноября 2024г  
 Возрастная категория с 7 до 11 лет

3 день цикл. меню

| № рецептуры | Наименование блюда   | Выход, г   | Цена, руб    | Химический состав |              |              |               |
|-------------|--|------------|--------------|-------------------|--------------|--------------|---------------|
|             |  |            |              | белки, г          | жиры, г      | углеводы, г  | ЭЦ, ккал      |
|             | <i>Завтрак</i>   |            |              |                   |              |              |               |
| 67          | Винегрет овощной с зеленым горошком  | 60         | 12,00        | 0,87              | 6,10         | 4,59         | 75,37         |
| 258         | Мясо духовое (свинина мякоть, раст.масло, картофель, морковь, лук репчатый, мука пшеничная, соль йодир.) | 40/160     | 55,38        | 16,75             | 11,95        | 2,06         | 281,00        |
| 376         | Чай с сахаром( чай черный, сахар)  | 200        | 4,00         | 0,10              | 0,03         | 10,01        | 40,66         |
| ПР          | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)                           | 20/20      | 3,20         | 2,89              | 0,47         | 17,91        | 87,60         |
|             | <b>Итого:</b>  | <b>500</b> | <b>74,58</b> | <b>20,61</b>      | <b>18,55</b> | <b>34,57</b> | <b>484,63</b> |

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ /

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

Согласовано  
 ГБОУ С (О)ОШ № 16  
 Директор  
 ГБОУ  
 лицей № 16  
 г.Жигулевск

Меню на "06" ноября 2024г  
 Возрастная категория с 7 до 11 лет (детям мобилизованных лиц)

3 день цикл. меню

первая смена

| № рецептуры    | Наименование блюда   | Выход, г       | Цена, руб     | Химический состав * |              |               |                |
|----------------|--|----------------|---------------|---------------------|--------------|---------------|----------------|
|                |  |                |               | белки, г            | жиры, г      | углеводы, г   | ЭЦ, ккал       |
| <b>Завтрак</b> |  |                |               |                     |              |               |                |
| 67             | Винегрет овощной с зеленым горошком  | 60             | 12,00         | 0,87                | 6,10         | 4,59          | 75,37          |
| 258            | Мясо духовое (свинина мякоть, раст.масло, картофель, морковь, лук репчатый, мука пшеничная, соль йодир.)   | 40/160         | 55,38         | 16,75               | 11,95        | 2,06          | 281,00         |
| 376            | Чай с сахаром (чай черный, сахар)  | 200            | 4,00          | 0,10                | 0,03         | 10,01         | 40,66          |
| ПР             | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)   | 20/20          | 3,20          | 2,89                | 0,47         | 17,91         | 87,60          |
|                | <b>Итого:</b>  | <b>500</b>     | <b>74,58</b>  | <b>20,61</b>        | <b>18,55</b> | <b>34,57</b>  | <b>484,63</b>  |
| <b>Обед</b>    |  |                |               |                     |              |               |                |
| 183/184        | Борщ "Украинский" с пампушками со сметаной (б/к капуста, картоф., морковь, свекла, лук репч., мясо птицы, томат пюре, сметана 15 %, зелень, йодир. соль, сахар, к-та лимон., мука пшенич., чеснок, яйцо куриц. ) | 200/20/15/10/1 | 29,95         | 9,23                | 13,02        | 26,53         | 229,86         |
| 279/540        | Тефтели из цыплят с соусом красным основным (мясо цыплят, крупа рисовая, яйцо кур., лук репчатый, морковь, соль, томатное пюре, мало растительное, мука)   | 60/30          | 48,38         | 8,39                | 14,74        | 9,53          | 204,69         |
| 302            | Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, соль йодированная, масло сливочное)   | 150            | 15,00         | 9,02                | 6,69         | 40,81         | 259,18         |
| 377            | Чай с ЛИМОНОМ (чай черный, сахар, лимон св.)   | 200            | 7,00          | 0,16                | 0,03         | 10,22         | 43,04          |
| ПР             | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)   | 30/20          | 4,10          | 3,75                | 0,61         | 22,42         | 110,40         |
|                | <b>Итого:</b>  | <b>736</b>     | <b>104,43</b> | <b>30,55</b>        | <b>35,09</b> | <b>109,51</b> | <b>847,17</b>  |
|                | <b>Всего:</b>  | <b>1211</b>    | <b>179,01</b> | <b>51,16</b>        | <b>53,64</b> | <b>144,08</b> | <b>1331,80</b> |

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ /



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

Согласовано  
 ГБОУ С(О)Ш № 16  
 Директор

Меню на "06" ноября 2024г  
 Возрастная категория с 12 лет и старше

3 день цикла меню

| № рецептуры    | Наименование блюда   | Выход, г       | Цена, руб     | Химический состав |              |               |                |
|----------------|--|----------------|---------------|-------------------|--------------|---------------|----------------|
|                |  |                |               | белки, г          | жиры, г      | углеводы, г   | ЭЦ, ккал       |
| <b>Завтрак</b> |  |                |               |                   |              |               |                |
| 67             | Винегрет овощной с зеленым горошком  | 65             | 13,00         | 0,95              | 6,61         | 4,97          | 81,65          |
| 258            | Мясо духовое (свинина мякоть, раст. масло, картофель, морковь, лук репчатый, мука пшеничная, соль йодир.)  | 50/180         | 69,00         | 18,07             | 13,91        | 23,67         | 292,55         |
| 376            | Чай с сахаром (чай черный, сахар)  | 200            | 4,00          | 0,10              | 0,03         | 10,01         | 40,66          |
| ПР             | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)   | 30/25          | 4,60          | 4,05              | 0,66         | 24,64         | 120,9          |
|                | <b>Итого:</b>  | <b>550</b>     | <b>90,60</b>  | <b>23,17</b>      | <b>21,21</b> | <b>63,29</b>  | <b>535,76</b>  |
| <b>Обед</b>    |  |                |               |                   |              |               |                |
| 183/184        | Борщ "Украинский" с пампушками со сметаной (б/к капуста, картоф., морковь, свекла, лук репч., мясо птицы, томат пюре, сметана 15 %, зелень, йодир. соль, сахар, к-та лимон., мука пшенич., чеснок, яйцо курин. ) | 250/20/15/10/1 | 32,45         | 10,04             | 14,8         | 30,39         | 256,96         |
| 279/540        | Тефтели из цыплят с соусом красным основным (мясо цыплят, крупа рисовая, яйцо кур., лук репчатый, морковь, соль, томатное пюре, мало растительное, мука)   | 60/50          | 52,75         | 8,54              | 13,27        | 11,25         | 199,11         |
| 302            | Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, соль йодированная, масло сливочное)   | 170            | 17,00         | 10,23             | 7,58         | 46,25         | 293,74         |
| 377            | Чай с ЛИМОНОМ (чай черный, сахар, лимон св.)   | 200            | 7,00          | 0,16              | 0,03         | 10,22         | 43,04          |
| ПР             | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)   | 30/20          | 4,10          | 3,75              | 0,61         | 22,42         | 110,40         |
|                | <b>Итого:</b>  | <b>826</b>     | <b>113,30</b> | <b>32,72</b>      | <b>36,29</b> | <b>120,53</b> | <b>903,25</b>  |
|                | <b>Всего:</b>  | <b>1376</b>    | <b>203,90</b> | <b>55,89</b>      | <b>57,50</b> | <b>183,82</b> | <b>1439,01</b> |

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ /



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

Согласовано  
 ГБОУ С (О)ОШ № 16  
 Директор

Меню на "06" ноября 2024г  
 Возрастная категория с 12 лет и старше (детям мобилизованных лиц)

3 день цикл меню

первая смена

| № рецептуры | Наименование блюда   | Выход, г       | Цена, руб     | Химический состав |              |               |                 |
|-------------|--|----------------|---------------|-------------------|--------------|---------------|-----------------|
|             |  |                |               | белки, г          | жиры, г      | углеводы, г   | ЭЦ, ккал        |
| 67          | Винегрет овощной с зеленым горошком  | 45             | 9,15          | 0,65              | 4,58         | 3,44          | 56,53           |
| 258         | Мясо духовое (свинина мякоть, раст. масло, картофель, морковь, лук репчатый, мука пшеничная, соль йодир.)  | 50/180         | 69,00         | 18,07             | 13,91        | 23,67         | 292,55          |
| 376         | Чай с сахаром (чай черный, сахар)  | 200            | 4,00          | 0,10              | 0,03         | 10,01         | 40,66           |
| ПР          | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)   | 30/25          | 4,60          | 4,05              | 0,66         | 24,64         | 120,9           |
|             | <b>Итого:</b>  | <b>530</b>     | <b>86,75</b>  | <b>22,87</b>      | <b>19,18</b> | <b>61,76</b>  | <b>510,64</b>   |
|             | <b>Обед</b>  |                |               |                   |              |               |                 |
| 183/184     | Борщ "Украинский" с пампушками со сметаной (б/к капуста, картоф., морковь, свекла, лук репч., мясо птицы, томат. пюре, сметана 15 %, зелень, йодир. соль, сахар, к-та лимон., мука пшенич., чеснок, яйцо курин.) | 250/20/15/10/1 | 32,45         | 10,04             | 14,8         | 30,39         | 256,96          |
| 279/540     | Гёфтели из цыплят с соусом красным основным (мясо цыплят, крупа рисовая, яйцо кур., лук репчатый, морковь, соль, томатное пюре, мало растительное, мука)   | 70/50          | 60,91         | 9,89              | 15,31        | 12,58         | 228,18          |
| 302         | Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, соль йодированная, масло сливочное)   | 170            | 17,00         | 10,23             | 7,58         | 46,25         | 293,74          |
| 377         | Чай с ЛИМОНОМ (чай черный, сахар, лимон св.)   | 200            | 7,00          | 0,16              | 0,03         | 10,22         | 43,04           |
| ПР          | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)   | 30/20          | 4,10          | 3,75              | 0,61         | 22,42         | 110,40          |
|             | <b>Итого:</b>  | <b>836</b>     | <b>121,46</b> | <b>34,07</b>      | <b>38,33</b> | <b>121,86</b> | <b>932,32</b>   |
|             | <b>Всего:</b>  | <b>1366</b>    | <b>208,21</b> | <b>56,94</b>      | <b>57,51</b> | <b>183,62</b> | <b>1 442,96</b> |

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ /



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

Меню на "06" ноября 2024г  
 Возрастная категория с 12 лет и старше (детям из многодетных семей)

Согласовано  
 ГБОУ С(О)ОШ № 16  
 Директор

3 день цикл. меню

| № рецептуры | Наименование блюда   | Выход, г       | Цена, руб     | Химический состав |              |               |                 |
|-------------|--|----------------|---------------|-------------------|--------------|---------------|-----------------|
|             |  |                |               | белки, г          | жиры, г      | углеводы, г   | ЭЦ, ккал        |
| 67          | Винегрет овощной с зеленым горошком  | 45             | 9,15          | 0,65              | 4,58         | 3,44          | 56,53           |
| 258         | Мясо духовое (свинина мякоть, раст.масло, картофель, морковь, лук репчатый, мука пшеничная, соль йодир.)   | 50/180         | 69,00         | 18,07             | 13,91        | 23,67         | 292,55          |
| 376         | Чай с сахаром( чай черный, сахар)  | 200            | 4,00          | 0,10              | 0,03         | 10,01         | 40,66           |
| ПР          | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)   | 30/25          | 4,60          | 4,05              | 0,66         | 24,64         | 120,9           |
|             | <b>Итого:</b>  | <b>530</b>     | <b>86,75</b>  | <b>22,87</b>      | <b>19,18</b> | <b>61,76</b>  | <b>510,64</b>   |
|             | <i>Обед</i>  |                |               |                   |              |               |                 |
| 183/184     | Борщ "Украинский" с пампушками со сметаной (б/к капуста, картоф., морковь, свекла, лук репч., мясо птицы, томат.пюре, сметана 15 %, зелень, йодир. соль, сахар, к-та лимон., мука пшенич., чеснок, яйцо куриц. ) | 250/20/15/10/1 | 32,45         | 10,04             | 14,8         | 30,39         | 256,96          |
| 279/540     | Тефтели из цыплят с соусом красным основным (мясо цыплят, крупа рисовая, яйцо кур.,лук репчатый,морковь,соль,томатное пюре,мало растительное, мука)  | 70/50          | 60,91         | 9,89              | 15,31        | 12,58         | 228,18          |
| 302         | Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, соль йодированная,масло сливочное)  | 170            | 17,00         | 10,23             | 7,58         | 46,25         | 293,74          |
| 377         | Чай с ЛИМОНОМ (чай черный,сахар,лимон св.)   | 200            | 7,00          | 0,16              | 0,03         | 10,22         | 43,04           |
| ПР          | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)   | 30/20          | 4,10          | 3,75              | 0,61         | 22,42         | 110,40          |
|             | <b>Итого:</b>  | <b>836</b>     | <b>121,46</b> | <b>34,07</b>      | <b>38,33</b> | <b>121,86</b> | <b>932,32</b>   |
|             | <b>Всего:</b>  | <b>1366</b>    | <b>208,21</b> | <b>56,94</b>      | <b>57,51</b> | <b>183,62</b> | <b>1 442,96</b> |

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ /