

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

Меню на "03 " октября 2025г  
 Возрастная категория с 7 до 11 лет

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

5 день цикл. меню

| № рецептуры | Наименование блюда                                                                                              | Выход, г   | Цена, руб    | Химический состав |              |              |               |
|-------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|--------------|-------------------|--------------|--------------|---------------|
|             |                                                                                                                 |            |              | белки, г          | жиры, г      | углеводы, г  | ЭЦ, ккал      |
|             | <i>Завтрак</i>                                                                                                  |            |              |                   |              |              |               |
| 49          | Витаминный с горошком (капуста б/к,перец сладкий,горошек консервированный,соль йодированная,масло растительное) | 60         | 12,00        | 0,95              | 3,66         | 5,74         | 56,45         |
| 251         | Грудка куриная (филе )тушеная с томатом и луком(мясо цыплят,томат-паста,лук репч. соль йод.масло раст)          | 40/50      | 33,00        | 10,88             | 10,74        | 9,59         | 109,54        |
| 305         | Рис припущенный(крупа рисовая,слив. масло, йодир.соль)                                                          | 150        | 20,00        | 5,70              | 4,86         | 38,89        | 214,10        |
| 378         | Чай с молоком с сахаром ( чай черный, молоко, сахар)                                                            | 200/15     | 10,00        | 1,55              | 1,63         | 17,35        | 90,61         |
| ПР          | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)                                  | 20/15      | 3,68         | 2,60              | 0,42         | 15,69        | 77,10         |
|             | <b>Итого:</b>                                                                                                   | <b>550</b> | <b>78,68</b> | <b>20,29</b>      | <b>19,71</b> | <b>80,13</b> | <b>520,18</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 "03 " октября 2025г

Возрастная категория с 7 до 11 лет(детям мобилизованных лиц)

5 день цикл. меню

первая смена

| №<br>рецептуры | Наименование блюда                                                                                              | Выход, г    | Цена, руб     | Химический состав |              |               |                |
|----------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|---------------|-------------------|--------------|---------------|----------------|
|                |                                                                                                                 |             |               | белки, г          | жиры, г      | углеводы, г   | ЭЦ, ккал       |
|                | <b>Завтрак</b>                                                                                                  |             |               |                   |              |               |                |
| 49             | Витаминный с горошком (капуста б/к,перец сладкий,горошек консервированный,соль йодированная,масло растительное) | 60          | 12,00         | 0,95              | 3,66         | 5,74          | 56,45          |
| 251            | Грудка куриная (филе )тушеная с томатом и луком(мясо цыплят,томат-паста,лук репч.соль йод.масло раст)           | 40/50       | 33,00         | 10,88             | 10,74        | 9,59          | 109,54         |
| 305            | Рис припущенный(крупа рисовая,слив. масло, йодир.соль)                                                          | 150         | 20,00         | 5,70              | 4,86         | 38,89         | 214,10         |
| 378            | Чай с молоком с сахаром ( чай черный, молоко, сахар)                                                            | 200/15      | 10,00         | 1,55              | 1,63         | 17,35         | 90,61          |
| ПР             | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)                                  | 20/15       | 3,68          | 2,60              | 0,42         | 15,69         | 77,10          |
|                | <b>Итого:</b>                                                                                                   | <b>550</b>  | <b>78,68</b>  | <b>20,29</b>      | <b>19,71</b> | <b>80,13</b>  | <b>520,18</b>  |
|                |                                                                                                                 |             |               |                   |              |               |                |
|                | <b>Обед</b>                                                                                                     |             |               |                   |              |               |                |
| 45             | Салат из б/к капусты с морковью (капуста белокочан.,морковь,сахар,масло растит.,соль йодир.,кислота лим.)       | 60          | 12,00         | 0,93              | 3,05         | 5,65          | 54,36          |
| 96             | гассольник ленинградский на бульоне из мяса цыплят, сметаной, зеленью (картофель п/ф., крупа перловая,          | 200/15/10/1 | 30,00         | 7,30              | 7,45         | 22,40         | 190,30         |
| 258            | Мясо духовое (свинина мякоть,раст.масло,картофель,морковь,лук репчатый, мука пшеничная,соль йодир.)             | 40/160      | 54,00         | 14,75             | 11,95        | 27,06         | 251,18         |
| 377            | Чай фруктовый с сахаром (с/м смородина) (чай черный, сахар, сахарозаменитель)                                   | 200/15      | 10,00         | 0,13              | 0,02         | 15,20         | 62,00          |
| ПР             | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)                                  | 25/15       | 4,17          | 2,86              | 0,39         | 18,75         | 89,95          |
|                | <b>Итого:</b>                                                                                                   | <b>721</b>  | <b>110,17</b> | <b>25,97</b>      | <b>22,86</b> | <b>89,06</b>  | <b>647,79</b>  |
|                | <b>Всего:</b>                                                                                                   | <b>1241</b> | <b>188,86</b> | <b>46,26</b>      | <b>42,57</b> | <b>169,19</b> | <b>1167,97</b> |
|                |                                                                                                                 |             |               |                   |              |               |                |

Продукты не содержат ГМО

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



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

Согласовано  
 ГБОУ С (О)ОЦ № 16  
 ГБОУ  
 лицей № \_\_\_\_\_  
 г.Жигулевск  
 Директор \_\_\_\_\_

Меню на "03 " октября 2025г

Возрастная категория с 12 лет и старше

5 день цикл. меню

| №<br>рецептуры | Наименование блюда                                                                                                                                                                                | Выход, г    | Цена, руб     | Химический состав |              |               |                |
|----------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|---------------|-------------------|--------------|---------------|----------------|
|                |                                                                                                                                                                                                   |             |               | белки, г          | жиры, г      | углеводы, г   | ЭЦ, ккал       |
|                | <b>Завтрак</b>                                                                                                                                                                                    |             |               |                   |              |               |                |
| 49             | Витаминный с горошком (капуста б/к,перец сладкий,горошек консервированный,соль йодированная,масло растительное)                                                                                   | 60          | 12,00         | 0,95              | 3,66         | 5,74          | 56,45          |
| 251            | Грудка куриная (филе )тушеная с томатом и луком(мясо цыплят,томат-паста,лук репч.соль йод.масло раст)                                                                                             | 50/40       | 48,00         | 11,97             | 14,11        | 8,54          | 209,03         |
| 305            | Рис припущенный(крупа рисовая,слив. масло, йодир.соль)                                                                                                                                            | 170         | 27,00         | 6,19              | 5,50         | 44,08         | 242,64         |
| 378            | Чай с молоком с сахаром ( чай черный, молоко, сахар)                                                                                                                                              | 200/15      | 10,00         | 1,55              | 1,63         | 17,35         | 90,61          |
| ПР             | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный(мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)                                                                                                                     | 15/15       | 3,00          | 2,86              | 0,39         | 18,75         | 89,95          |
|                | <b>Итого:</b>                                                                                                                                                                                     | <b>565</b>  | <b>100,00</b> | <b>22,57</b>      | <b>21,63</b> | <b>88,72</b>  | <b>632,23</b>  |
|                | <b>Обед</b>                                                                                                                                                                                       |             |               |                   |              |               |                |
| 45             | Салат из б/к капусты с морковью (капуста белокочан..морковь,сахар,масло растит.,соль йодир.,кислота лим.)                                                                                         | 70          | 15,00         | 0,93              | 3,05         | 5,65          | 54,36          |
| 96             | Рассольник "Ленинградский" на бульоне из мяса цыплят, сметаной, зеленью (картофель п/ф., крупа перловая, огурцы,консервир., морк., лук репч., мясо кур., сметана 15 %,укроп,зелень, йодирп. соль) | 250/15/10/1 | 40,00         | 8,06              | 8,24         | 20,6          | 195,01         |
| 258            | Мясо духовое(свинина мякоть,раст.масло,картофель,морковь,лук репчатый, мука пшеничная,соль йодир.)                                                                                                | 40/170      | 57,00         | 17,72             | 12,89        | 31,06         | 271,47         |
| 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.)                                                                                                                     | 15/15       | 3,00          | 2,86              | 0,39         | 18,75         | 89,95          |
|                | <b>Итого:</b>                                                                                                                                                                                     | <b>776</b>  | <b>125,00</b> | <b>29,70</b>      | <b>24,59</b> | <b>91,26</b>  | <b>672,79</b>  |
|                | <b>Всего:</b>                                                                                                                                                                                     | <b>1341</b> | <b>225,00</b> | <b>52,27</b>      | <b>46,22</b> | <b>179,98</b> | <b>1305,02</b> |

Продукты не содержат ГМО

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

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

Согласовано  
 ГБОУ СОУОИ № 16  
 Директор

Меню на "03 " октября 2025г

Возрастная категория с 12 лет и старше (детям мобилизованных лиц)  
 первая смена

5 день цикл. меню

| №<br>рецептуры | Наименование блюда                                                                                                                                                                                | Выход, г    | Цена, руб | Химический состав |         |             |          |
|----------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|-----------|-------------------|---------|-------------|----------|
|                |                                                                                                                                                                                                   |             |           | белки, г          | жиры, г | углеводы, г | ЭЦ, ккал |
|                | Завтрак                                                                                                                                                                                           |             |           |                   |         |             |          |
| 49             | Витаминный с горошком (капуста б/к,перец сладкий,горошек консервированный,соль йодированная,масло растительное)                                                                                   | 60          | 12,00     | 0,95              | 3,66    | 5,74        | 56,45    |
| 251            | Грудка куриная (филе )тушеная с томатом и луком(мясо цыплят,томат-паста,лук репч.соль йод.масло раст)                                                                                             | 50/30       | 44,00     | 11,97             | 13,82   | 8,14        | 205,02   |
| 305            | Рис припущенный(крупа рисовая,слив. масло, йодир.соль)                                                                                                                                            | 150         | 20,00     | 5,70              | 4,86    | 38,89       | 214,10   |
| 378            | Чай с молоком с сахаром ( чай черный, молоко, сахар)                                                                                                                                              | 200/15      | 10,00     | 1,55              | 1,63    | 17,35       | 90,61    |
| ПР             | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир. )                                                                                                                   | 30/25       | 5,52      | 4,05              | 0,66    | 24,64       | 120,9    |
|                | Итого:                                                                                                                                                                                            | 560         | 91,52     | 23,27             | 20,97   | 89,02       | 630,63   |
|                |                                                                                                                                                                                                   |             |           |                   |         |             |          |
|                | Обед                                                                                                                                                                                              |             |           |                   |         |             |          |
| 45             | Салат из б/к капусты с морковью (капуста белокочан.,морковь,сахар,масло растит.,соль йодир.,кислота лим.)                                                                                         | 70          | 15,00     | 0,93              | 3,05    | 5,65        | 54,36    |
| 96             | Рассольник "Ленинградский" на бульоне из мяса цыплят, сметаной, зеленью (картофель п/ф., крупа перловая, огурцы,консервир., морк., лук репч., мясо кур., сметана 15 %, укроп зелень, йодир. соль) | 250/15/10/1 | 40,00     | 8,06              | 8,24    | 20,6        | 195,01   |
| 258            | Мясо духовое (свинина мякоть,раст.масло,картофель,морковь,лук репчатый, мука пшеничная,соль йодир.)                                                                                               | 40/160      | 54,00     | 14,75             | 11,95   | 27,06       | 251,18   |
| 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             | Булочка Ромашка(мука пшеничн., раст.масло, дрожжи, соль йодированная, сахар)                                                                                                                      | 40          | 6,14      | 3,36              | 3,48    | 23,68       | 139,24   |
| ПР             | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный(мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир. )                                                                                                                    | 15/15       | 3,00      | 2,86              | 0,39    | 18,75       | 89,95    |
|                | Итого:                                                                                                                                                                                            | 811         | 128,14    | 30,09             | 27,13   | 110,94      | 791,74   |
|                | Всего:                                                                                                                                                                                            | 1371        | 219,66    | 53,36             | 48,10   | 199,96      | 1 422,37 |

Продукты не содержат ГМО

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



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

Меню на "03 " октября 2025г

Возрастная категория с 12 лет и старше (детям из многодетных семей)

Согласовано  
 ГБОУ С(О)ОШ № 16  
 Директор \_\_\_\_\_  
 лицей № 16  
 г.Жигулевска

5 день цикл. меню

| №<br>рецептуры | Наименование блюда                                                                                                                                                                                | Выход, г    | Цена, руб     | Химический состав |              |               |                 |
|----------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|---------------|-------------------|--------------|---------------|-----------------|
|                |                                                                                                                                                                                                   |             |               | белки, г          | жиры, г      | углеводы, г   | ЭЦ, ккал        |
|                | <b>Завтрак</b>                                                                                                                                                                                    |             |               |                   |              |               |                 |
| 49             | Витаминный с горошком (капуста б/к, перец сладкий, горошек консервированный, соль йодированная, масло растительное)                                                                               | 60          | 12,00         | 0,95              | 3,66         | 5,74          | 56,45           |
| 251            | Грудка куриная (филе) тушеная с томатом и луком (мясо цыплят, томат-паста, лук репч., соль йод. масло раст.)                                                                                      | 50/30       | 44,00         | 11,97             | 13,82        | 8,14          | 205,02          |
| 305            | Рис припущенный (крупа рисовая, слив. масло, йодир. соль)                                                                                                                                         | 150         | 20,00         | 5,70              | 4,86         | 38,89         | 214,10          |
| 378            | Чай с молоком с сахаром (чай черный, молоко, сахар)                                                                                                                                               | 200/15      | 10,00         | 1,55              | 1,63         | 17,35         | 90,61           |
| ПР             | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)                                                                                                                    | 30/25       | 5,52          | 4,05              | 0,66         | 24,64         | 120,9           |
|                | <b>Итого:</b>                                                                                                                                                                                     | <b>560</b>  | <b>91,52</b>  | <b>23,27</b>      | <b>20,97</b> | <b>89,02</b>  | <b>630,63</b>   |
|                |                                                                                                                                                                                                   |             |               |                   |              |               |                 |
|                | <b>Обед</b>                                                                                                                                                                                       |             |               |                   |              |               |                 |
| 45             | Салат из б/к капусты с морковью (капуста белокачан., морковь, сахар, масло растит., соль йодир., кислота лим.)                                                                                    | 70          | 15,00         | 0,93              | 3,05         | 5,65          | 54,36           |
| 96             | Рассольник "Ленинградский" на бульоне из мяса цыплят, сметаной, зеленью (картофель п/ф., крупа перловая, огурцы консервир., морк., лук репч., мясо кур., сметана 15 %, укроп зелень, йодир. соль) | 250/15/10/1 | 40,00         | 8,06              | 8,24         | 20,6          | 195,01          |
| 258            | Мясо духовое (свинина мякоть, раст. масло, картофель, морковь, лук репчатый, мука пшеничная, соль йодир.)                                                                                         | 40/160      | 54,00         | 14,75             | 11,95        | 27,06         | 251,18          |
| 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             | Булочка Ромашка (мука пшенич., раст. масло, дрожжи, соль йодированная, сахар)                                                                                                                     | 40          | 6,14          | 3,36              | 3,48         | 23,68         | 139,24          |
| ПР             | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)                                                                                                                    | 15/15       | 3,00          | 2,86              | 0,39         | 18,75         | 89,95           |
|                | <b>Итого:</b>                                                                                                                                                                                     | <b>811</b>  | <b>128,14</b> | <b>30,09</b>      | <b>27,13</b> | <b>110,94</b> | <b>791,74</b>   |
|                | <b>Всего:</b>                                                                                                                                                                                     | <b>1371</b> | <b>219,66</b> | <b>53,36</b>      | <b>48,10</b> | <b>199,96</b> | <b>1 422,37</b> |

Продукты не содержат ГМО

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