

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



Меню на " 20 " января 2025 г.
 Возрастная категория с 7 до 11 лет

Согласовано
 ГБОУ СОУОП № 16



1 день цикл. меню

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
	Завтрак						
62	Салат из моркови с чесноком	60	12,00	0,69	6,05	3,65	72,45
243/540	Мясные изделия с соусом красным основным (мяс. изделия, лук репчатый, морковь, соль, томатное пюре, мало растительное, мука пшеничная)	55/10	33,00	5,80	11,27	1,09	129,14
302	Каша гречневая рассыпчатая (крупка гречневая, соль йодированная, масло сливочное)	150	20,00	9,02	6,69	40,81	259,18
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.)	20/15	3,68	2,60	0,42	15,69	77,10
	Итого:	530	78,68	18,21	24,46	76,24	598,48

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.Жигулевска

Меню на "21 "января 2025г
 Возрастная категория с 7 до 11 лет(детям мобилизованных лиц)

2 день цикл. меню

первая смена

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
Завтрак							
175	Каша вязкая молочная из риса и пшеница (крупа рисовая, крупа пшено, молоко 2,5 %, слив. масло 72%, сахар, йодир. соль.)	150/10	30,00	4,23	10,81	24,79	213,96
ПР	Батон особый (мука пшеничная, дрожжи, раст. масло, сахар, йодир. соль)	60	6,68	4,80	0,72	27,66	136,32
ПР	Блинчики французские со сгущенным молоком (мука пшен, сахар, мол. сыворотка, растит. масло, меланж, сгущ. молоко, соль йодир., лим. кислота, разрыхлитель)	70/10	30,00	3,85	1,90	32,20	161,10
388	Напиток из плодов шиповника (плоды шиповника суш., сахар, лимон. кисл.)	200	12,00	0,00	0,00	19,96	79,80
	Итого:	500	78,68	12,88	13,43	104,61	591,18
Обед							
49	Салат витаминный (б/к капуста, морковь, зел горошек)	60	12,0	0,98	3,66	5,84	58,59
108/109	Суп картофельный с клецками на бульоне из мяса цыплят, зеленью (картофель, морковь, лук репч., мясо кур., пшен. мука, яйцо кур., раст. масло, укроп зелень, йодир. соль)	200/15/1	30,00	17,38	7,59	19,19	296,98
258	Мясо духовое (свинина мякоть, раст. масло, картофель, морковь, лук репчатый, мука пшеничная, соль йодир.)	40/160	54,00	14,75	11,95	21,06	251,18
349	Компот из смеси сухофруктов (смесь сухофруктов, сахар, лимон. кислота)	200	10,00	0,20	0,26	19,98	79,87
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	25/15	4,17	3,75	0,61	22,42	110,40
	Итого:	716	110,17	36,08	19,93	78,98	717,98
	Всего:	1216	188,85	34,99	33,36	183,59	1 309,16

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством _____ / _____

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

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

Меню на " 20 " января 2025 г.
 Возрастная категория с 12 лет и старше

1 день цикл: меню

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
Завтрак							
62	Салат из моркови с чесноком	60	12,00	0,69	6,05	3,65	72,45
243/540	Мясные изделия с соусом красным основным(мяс.изделия, лук репчатый,морковь,соль,томатное пюре,мало растительное, мука пшеничная")	55/50	46,00	5,97	11,68	2,39	138,81
302	Каша гречневая рассыпчатая(крупя гречневая,соль йодированная,масло сливочное)	170	27,00	9,62	7,13	45,53	276,46
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.)	30/20	5,00	3,75	0,61	22,42	110,4
	Итого:	600	100,00	20,13	25,50	88,99	658,73
Обед							
95	Рассольник домашний на бульоне из цыплят(картофель, огурцы консервир., морк., лук репч., мясо кур., масло растит., сметана 15%, укроп зелень, йодир.соль)	250/15/10/1	40,00	7,67	13,24	15,49	225,01
ПР/331	Тефтели из индейки с соусом сметанным с томатом (мясо индейки, крупа рисовая, яйцо кур.,соус- томат. пюре, сметана 15%, мука пшенич., йодир.соль)	65/40	49,00	9,05	5,03	11,18	126,55
309	Макаронные изделия отварные (макаронны из пшен.муки, слив.масло 72%, йодир.соль)	150	20,00	5,80	5,01	37,05	216,72
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.)	30/30	6,00	4,26	0,75	28,35	137,37
	Итого:	801	125,00	26,91	24,05	107,27	767,65
	Всего:	1401	225,00	47,04	49,55	196,26	1426,38

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством _____ /

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

Согласовано
 ТБОУ С (О)ОШ № 26
 Директор

Меню на " 20" января 2025 г.
 Возрастная категория с 12 лет и старше (детям мобилизованных лиц)
 первая смена

1 день цикл. меню

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
Завтрак							
62	Салат из моркови с чесноком	60	12,00	0,69	6,05	3,65	72,45
243/540	Мясные изделия с соусом красным основным(мяс.изделия, лук репчатый,морковь,соль,томатное пюре,мало растительное, мука пшеничная")	55/25	44,00	5,94	13,55	2,09	153,32
302	Каша гречневая рассыпчатая(крупя гречневая,соль йодированная,масло сливочное)	150	20,00	9,02	6,69	40,81	259,18
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.)	30/25	5,52	4,05	0,66	24,64	154,34
	Итого:	570	91,52	19,80	26,98	86,19	699,90
Обед							
15	Сыр (порциями)	10	7,14	2,22	2,81	0,00	36,10
95	Рассольник домашний на бульоне из ЦЫПЛЯТ(картофель, огурцы консервир., морк., лук репч., мясо кур., масло растит., сметана 15%, укроп зелень, йодир.соль)	250/15/10/1	40,00	7,67	13,24	15,49	225,01
ПР/331	Тефтели из индейки с соусом сметанным с томатом(мясо индейки, крупа рисовая, яйцо кур.,соус- томат. пюре, сметана 15%, мука пшеничн. йодир.соль)	65/25	46,00	8,76	4,46	9,95	125,09
309	Макаронные изделия отварные (макароны из пшен.муки, слив.масло 72%, йодир.соль)	150	20,00	6,19	5,35	39,52	231,17
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.)	30/20	5,00	3,75	0,61	22,42	110,4
	Итого:	806	128,14	28,72	26,49	102,58	789,77
	Всего:	1376	219,66	48,52	53,47	188,77	1 489,67

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 " 20" января 2025 г.
 Возрастная категория с 12 лет и старше (детям из многодетных семей)

1 день цикл: меню

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
Завтрак							
62	Салат из моркови с чесноком	60	12,00	0,69	6,05	3,65	72,45
243/540	Мясные изделия с соусом красным основным (мяс. изделия, лук репчатый, морковь, соль, томатное пюре, мало растительное, мука пшеничная)	55/25	44,00	5,94	13,55	2,09	153,32
302	Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, соль йодированная, масло сливочное)	150	20,00	9,02	6,69	40,81	259,18
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.)	30/25	5,52	4,05	0,66	24,64	154,34
	Итого:	560	91,52	19,80	26,98	86,19	699,90
Обед							
15	Сыр (порциями)	10	7,14	2,22	2,81	0,00	36,10
95	Рассольник домашний на бульоне из цыплят (картофель, огурцы консервир., морк., лук репч., мясо кур., масло растит., сметана 15%, укроп зелень, йодир. соль)	250/15/10/1	40,00	7,67	13,24	15,49	225,01
ПР/331	Тефтели из индейки с соусом сметанным с томатом (мясо индейки, крупа рисовая, яйцо кур., соус- томат. пюре, сметана 15%, мука пшенич., йодир. соль)	65/25	46,00	8,76	4,46	9,95	125,09
309	Макаронные изделия отварные (макаронны из пшен. муки, слив. масло 72%, йодир. соль)	150	20,00	6,19	5,35	39,52	231,17
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.)	30/20	5,00	3,75	0,61	22,42	110,4
	Итого:	806	128,14	28,72	26,49	102,58	789,77
	Всего:	1366	219,66	48,52	53,47	188,77	1 489,67

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством _____ / _____ /