

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

Согласовано  
 ГБОУ С (О)ОШ № 16  
 Директор С.А.Кустова

Меню на "21 " сентября 2026 г  
 для обучающихся 1 — 4 классов

6 день цикл. меню(молочный белок)

| № рецептуры | Наименование блюда                                                                                                                                                           | Выход, г    | Цена, руб     | Химический состав |              |               |                |
|-------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|---------------|-------------------|--------------|---------------|----------------|
|             |                                                                                                                                                                              |             |               | белки, г          | жиры, г      | углеводы, г   | ЭЦ, ккал       |
|             | <b>Завтрак</b>                                                                                                                                                               |             |               |                   |              |               |                |
| 260         | Гуляш (мякоть свинины, лук репчат., томатн. паста, масло растит., мука в/с, соль йодир., лавр. лист)                                                                         | 45/50       | 48,00         | 11,92             | 12,79        | 33,53         | 197,33         |
| 302/136     | Каша гречневая рассыпчатая с растит. маслом, с овощами (крупка гречневая, морковь, лук репчатый, соль йодированная, масло растительное )                                     | 160         | 20,00         | 3,61              | 6,61         | 21,40         | 227,18         |
| 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.)                                                                                               | 20/15       | 4,06          | 2,60              | 0,42         | 15,69         | 77,10          |
|             | <b>Итого:</b>                                                                                                                                                                | <b>505</b>  | <b>82,06</b>  | <b>18,23</b>      | <b>19,85</b> | <b>80,63</b>  | <b>542,27</b>  |
|             | <b>Обед</b>                                                                                                                                                                  |             |               |                   |              |               |                |
| 49          | Салат Витаминный 2 вариант (без болг. перца)                                                                                                                                 | 60          | 12,00         | 0,95              | 3,66         | 5,74          | 56,45          |
| 96          | Рассольник "Ленинградский" на бульоне из мяса цыплят, зеленью (картофель п/ф., крупка перловая, огурцы консервир., морк., лук репчат., мясо кур., укроп зелень, йодир. Соль) | 200/15/1    | 30,00         | 4,60              | 6,46         | 28,10         | 190,30         |
| 285         | Паста (макарон. изделия) с мясным соусом, на растит. масле (свинина, макарон. изделия, лук репчат., масло растит., томатн. паста)                                            | 150/40/30   | 58,00         | 15,96             | 14,77        | 38,02         | 356,97         |
| 377         | Чай с лимоном с сахаром (чай черный, сахар, лимон св.)                                                                                                                       | 200/15      | 10,00         | 0,16              | 0,03         | 10,22         | 62,99          |
| 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>741</b>  | <b>114,91</b> | <b>24,53</b>      | <b>25,31</b> | <b>100,83</b> | <b>756,66</b>  |
|             | <b>Всего:</b>                                                                                                                                                                | <b>1246</b> | <b>196,97</b> | <b>42,76</b>      | <b>45,16</b> | <b>181,46</b> | <b>1298,93</b> |

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ Ответственный по питанию \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_  
 Ф.И.О. подпись дата получения Ф.И.О. подпись дата получения