

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

ГБОУ С(О)ОШ № 3

Согласовано

Директор

Меню на "07" ноября 2024г

Возрастная категория с 7 до 11 лет

4 день визит-меню

| № рецептуры    | Наименование блюда  | Выход, г    | Цена, руб     | Химический состав |              |               |                 |
|----------------|---|-------------|---------------|-------------------|--------------|---------------|-----------------|
|                |   |             |               | белки, г          | жиры, г      | углеводы, г   | ЭЦ, ккал        |
| <b>Завтрак</b> |   |             |               |                   |              |               |                 |
| 295/331        | Котлеты рубленые из цыплят с соусом сметанным с томатом (мясо кур., пшен. хлеб, молоко 2,5 %, пшен. сухари, раст.масло, йодир.сол.сметана 15%,томат.пюре,мука пшеничная)                    | 60/40       | 42,38         | 10,92             | 12,85        | 11,67         | 206,57          |
| 309            | Макаронные изделия отварные (макароны из пшен.муки, слив.масло 72%, йодир.соль)   | 160         | 17,00         | 6,19              | 5,35         | 39,52         | 231,17          |
| 388            | Напиток из плодов шиповника (плоды шиповника суш., сахар, лимон. кисл.)   | 200         | 12,00         | 0,00              | 0,00         | 19,96         | 79,80           |
| 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>20,00</b>      | <b>18,67</b> | <b>89,06</b>  | <b>605,14</b>   |
| <b>Обед</b>    |   |             |               |                   |              |               |                 |
| 62             | Салат из моркови с сахаром  | 60          | 8,00          | 0,75              | 0,06         | 6,97          | 52,13           |
| 88             | Щи из свежей капусты и картофеля на бульоне из мяса цыплят, со сметаной, зеленью(б/к капуста, томат.пюре, морк., лук репч.,мясо кур.,масло растит., сметана 15%, укроп зелень, йодир. соль) | 200/15/10/1 | 33,95         | 6,83              | 11,73        | 7,81          | 168,74          |
| 265            | Плов из свинины(свинина мякоть, крупа рис., лук репч.морковь, томат., раст. масло, йодир. соль)   | 40/150      | 48,38         | 16,02             | 11,82        | 40,10         | 331,12          |
| 377            | Чай фруктовый (черноплодная рябина)(чай черный, сахар, черноплодн.рябина)   | 200         | 10,00         | 0,10              | 0,03         | 15,00         | 60,61           |
| 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>726</b>  | <b>104,43</b> | <b>27,45</b>      | <b>24,25</b> | <b>92,30</b>  | <b>723,00</b>   |
|                | <b>Всего:</b>   | <b>1226</b> | <b>179,01</b> | <b>47,45</b>      | <b>42,92</b> | <b>181,36</b> | <b>1 328,14</b> |

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

*Ирина Демидова*



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

Меню на "07" ноября 2024г  
 Возрастная категория с 12 лет и старше

ГБОУ С (О)ОШ № 3

Директор

Согласовано

4 день цикл. меню

| № рецептуры    | Наименование блюда  | Выход, г    | Цена, руб     | Химический состав |              |               |                 |
|----------------|---|-------------|---------------|-------------------|--------------|---------------|-----------------|
|                |   |             |               | белки, г          | жиры, г      | углеводы, г   | ЭЦ, ккал        |
| <b>Завтрак</b> |   |             |               |                   |              |               |                 |
| 295/331        | Котлеты рубленые из цыплят с соусом сметанным с томатом (мясо кур., пшен. хлеб, молоко 2,5 %, пшен. сухари, раст.масло, йодир.сол.сметана 15%,томат.пюре,мука пшеничная))                   | 60/50       | 45,54         | 11,08             | 13,24        | 12,37         | 213,64          |
| 204            | Макаронные изделия с сыром (макароны из пшен.муки, слив.масло 72%, йодир.соль,сыр)  | 160/10      | 28,46         | 8,63              | 8,51         | 39,36         | 269,33          |
| 388            | Напиток из плодов шиповника (плоды шиповника суш., сахар, лимон. кисл.)   | 200         | 12,00         | 0,00              | 0,00         | 19,96         | 79,80           |
| 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>535</b>  | <b>90,60</b>  | <b>23,76</b>      | <b>22,41</b> | <b>96,33</b>  | <b>683,67</b>   |
| <b>Обед</b>    |   |             |               |                   |              |               |                 |
| 62             | Салат из моркови с сахаром  | 60          | 8,00          | 0,75              | 0,06         | 6,97          | 52,13           |
| 88             | Щи из свежей капусты и картофеля на бульоне из мяса цыплят, со сметаной, зеленью (б/к капуста, томат.пюре, морк., лук репч.,мясо кур.,масло растит., сметана 15%, укроп зелень, йодир.соль) | 250/15/10/1 | 37,82         | 7,47              | 13,6         | 9,69          | 187,64          |
| 265            | Плов из свинины (свинина мякоть, крупа рис., лук репч.морковь, томат., раст. масло, йодир. соль)  | 45/170      | 53,38         | 17,51             | 12,29        | 40,10         | 341,33          |
| 377            | Чай фруктовый (черноплодная рябина)(чай черный, сахар, черноплодн.рябина)   | 200         | 10,00         | 0,10              | 0,03         | 15,00         | 60,61           |
| 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>801</b>  | <b>113,30</b> | <b>29,58</b>      | <b>26,59</b> | <b>94,18</b>  | <b>752,11</b>   |
|                | <b>Всего:</b>   | <b>1336</b> | <b>203,90</b> | <b>53,34</b>      | <b>49,00</b> | <b>190,51</b> | <b>1 435,78</b> |

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством Андрей Данилов



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

Согласовано  
 ГБОУ С (О)ОШ № 3

Меню на "07" ноября 2024г

ОВЗ. Возрастная категория с 7 до 11 лет. Возрастная категория с 12 лет и старше

4 день цикл: меню

| № рецептуры | Наименование блюда  | Выход, г    | Цена, руб     | Химический состав |              |               |                 |
|-------------|---|-------------|---------------|-------------------|--------------|---------------|-----------------|
|             |   |             |               | белки, г          | жиры, г      | углеводы, г   | ЭЦ, ккал        |
|             | <b>Завтрак</b>  |             |               |                   |              |               |                 |
| 295/331     | Котлеты рубленые из цыплят с соусом сметанным с томатом (мясо кур., пшен. хлеб, молоко 2,5 %, пшен. сухари, раст.масло, йодир.сол,сметана 15%,томат пюре,мука пшеничная)                    | 60/40       | 42,38         | 10,92             | 12,85        | 11,67         | 206,57          |
| 309         | Макаронные изделия отварные (макарони из пшен.муки, слив.масло 72%, йодир.соль)   | 160         | 17,00         | 6,19              | 5,35         | 39,52         | 231,17          |
| 388         | Напиток из плодов шиповника(плоды шиповника суш., сахар, лимон. кисл.)  | 200         | 12,00         | 0,00              | 0,00         | 19,96         | 79,80           |
| 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>20,00</b>      | <b>18,67</b> | <b>89,06</b>  | <b>605,14</b>   |
|             | <b>Обед</b>   |             |               |                   |              |               |                 |
| 62          | Салат из моркови с сахаром  | 60          | 8,00          | 0,75              | 0,06         | 6,97          | 52,13           |
| 88          | Щи из свежей капусты и картофеля на бульоне из мяса цыплят, со сметаной, зеленью(б/к капуста, томат.пюре, морк., лук репч.,мясо кур.,масло растит., сметана 15%, укроп зелень, йодир. соль) | 200/15/10/1 | 33,95         | 6,83              | 11,73        | 7,81          | 168,74          |
| 265         | Плов из свинины(свинина мякоть, крупа рис., лук репч.морковь, томат., раст. масло, йодир. соль)   | 40/150      | 48,38         | 16,02             | 11,82        | 40,10         | 331,12          |
| 377         | Чай фруктовый (черноплодная рябина)(чай черный, сахар, черноплодн.рябина)   | 200         | 10,00         | 0,10              | 0,03         | 15,00         | 60,61           |
| 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>104,43</b> | <b>27,45</b>      | <b>24,25</b> | <b>92,30</b>  | <b>723,00</b>   |
|             | <b>Всего:</b>   | <b>1326</b> | <b>179,01</b> | <b>47,45</b>      | <b>42,92</b> | <b>181,36</b> | <b>1 328,14</b> |

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством Алексей Демин



ООО «Исковые питания г.о. Жигулевск»  
 Директор С.А.Кустова



ГБОУ С (О)ОШ № 3



Меню на "07" ноября 2024г

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

4 день цикла меню

вторая смена

| № рецептуры    | Наименование блюда  | Выход, г    | Цена, руб     | Химический состав |              |              |               |
|----------------|---|-------------|---------------|-------------------|--------------|--------------|---------------|
|                |   |             |               | белки, г          | жиры, г      | углеводы, г  | ЭЦ, ккал      |
| <b>Обед</b>    |   |             |               |                   |              |              |               |
| 62             | Салат из моркови с сахаром  | 60          | 8,00          | 0,75              | 0,06         | 6,97         | 52,13         |
| 88             | Щи из свежей капусты и картофеля на бульоне из мяса цыплят, со сметаной, зеленью (б/к капуста, томат. пюре, морк., лук репч., мясо кур., масло растит., сметана 15%, укроп зелень, йодир. соль) | 250/15/10/1 | 37,82         | 7,47              | 13,6         | 9,69         | 187,64        |
| 265            | Плов из свинины (свинина мякоть, крупа рис., лук репч. морковь, томат., раст. масло, йодир. соль)   | 50/170      | 61,54         | 19,56             | 13,84        | 45,49        | 385,05        |
| 377            | Чай фруктовый (черноплодная рябина) (чай черный, сахар, черноплодн. рябина)   | 200         | 10,00         | 0,10              | 0,03         | 15,00        | 60,61         |
| 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>806</b>  | <b>121,46</b> | <b>30,03</b>      | <b>27,01</b> | <b>99,36</b> | <b>795,23</b> |
|                | <b>Всего:</b>   | <b>806</b>  | <b>121,46</b> | <b>30,03</b>      | <b>27,01</b> | <b>99,36</b> | <b>795,23</b> |
| <b>Полдник</b> |   |             |               |                   |              |              |               |
| 295            | Котлеты рубленные из цыплят   | 60          | 27,56         | 10,27             | 11,32        | 8,89         | 178,72        |
| ПР             | Батон особый ( мука пшеничная, дрожжи, раст. масло, сахар, йодир. соль)   | 40          | 4,30          | 3,08              | 1,32         | 19,92        | 104,80        |
| 376            | Чай с сахаром   | 200         | 4,00          | 0,10              | 0,03         | 10,01        | 40,66         |
| ПР             | Сырок «Дружба»  | 19          | 18,27         | 6,50              | 4,00         | 33,50        | 210,00        |

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством А.И. Демис



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



Согласовано  
 ГБОУ С(О)ОШ № 3



Меню на "07" ноября 2024г

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

4 день цикла: **МЕНЮ** **вторая смена**

| № рецептуры | Наименование блюда  | Выход, г    | Цена, руб     | Химический состав |              |              |               |
|-------------|---|-------------|---------------|-------------------|--------------|--------------|---------------|
|             |   |             |               | белки, г          | жиры, г      | углеводы, г  | ЭЦ, ккал      |
|             | <b>Обед</b>   |             |               |                   |              |              |               |
| 62          | Салат из моркови с сахаром  | 60          | 8,00          | 0,75              | 0,06         | 6,97         | 52,13         |
| 88          | Щи из свежей капусты и картофеля на бульоне из мяса цыплят, со сметаной, зеленью (б/к капуста, томат. пюре, морк., лук репч., мясо кур., масло растит., сметана 15%, укроп зелень, йодир. соль) | 200/15/10/1 | 33,95         | 6,83              | 11,73        | 7,81         | 168,74        |
| 265         | Плов из свинины (свинина мякоть, крупа рис., лук репч. морковь, томат., раст. масло, йодир. соль)   | 40/150      | 48,38         | 16,02             | 11,82        | 40,10        | 331,12        |
| 377         | Чай фруктовый (черноплодная рябина) (чай черный, сахар, черноплодн. рябина)   | 200         | 10,00         | 0,10              | 0,03         | 15,00        | 60,61         |
| 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>726</b>  | <b>104,43</b> | <b>27,45</b>      | <b>24,25</b> | <b>92,30</b> | <b>723,00</b> |
|             | <b>Всего:</b>   | <b>726</b>  | <b>104,43</b> | <b>27,45</b>      | <b>24,25</b> | <b>92,30</b> | <b>723,00</b> |
|             | <b>Полдник</b>  |             |               |                   |              |              |               |
| 295         | Котлеты рубленые из цыплят  | 60          | 27,56         | 10,27             | 11,32        | 8,89         | 178,72        |
| ПР          | Батон особый (мука пшеничная, дрожжи, раст. масло, сахар, йодир. соль)  | 40          | 4,30          | 3,08              | 1,32         | 19,92        | 104,80        |
| 376         | Чай с сахаром   | 200         | 4,00          | 0,10              | 0,03         | 10,01        | 40,66         |
|             |   | <b>300</b>  | <b>35,86</b>  | <b>13,45</b>      | <b>12,67</b> | <b>38,82</b> | <b>324,18</b> |

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством Дригова / Дригова



Утверждаю  
 ООО "Школьное питание «Ю. Жигулевск»  
 Директор С.А.Кустова

Меню на "07" ноября 2024г

Согласовано  
 ГБОУ С (О)ОШ № 3  
 Директор *Орлова*

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

4 день цикла: Меню

| № рецептуры    | Наименование блюда  | Выход, г    | Цена, руб     | Химический состав |              |               |                 |
|----------------|---|-------------|---------------|-------------------|--------------|---------------|-----------------|
|                |   |             |               | белки, г          | жиры, г      | углеводы, г   | ЭЦ, ккал        |
| <b>Завтрак</b> |   |             |               |                   |              |               |                 |
| 295/331        | Котлеты рубленые из цыплят с соусом сметанным с томатом (мясо кур., пшен. хлеб, молоко 2,5 %, пшен. сухари, раст.масло, йодир.сол.сметана 15%,томат.пюре,мука пшеничная)                        | 60/40       | 42,38         | 10,92             | 12,85        | 11,67         | 206,57          |
| 204            | Макаронные изделия отварные с сыром (макароны из пшен.муки, слив.масло 72%, йодир.соль,сыр)   | 160/5       | 27,77         | 8,51              | 8,22         | 39,20         | 266,82          |
| 388            | Напиток из плодов шиповника(плоды шиповника суш., сахар, лимон. кисл.)  | 200         | 12,00         | 0                 | 0            | 17,96         | 71,82           |
| 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>520</b>  | <b>86,75</b>  | <b>23,48</b>      | <b>21,73</b> | <b>93,47</b>  | <b>666,11</b>   |
| <b>Обед</b>    |   |             |               |                   |              |               |                 |
| 62             | Салат из моркови с сахаром  | 60          | 8,00          | 0,75              | 0,06         | 6,97          | 52,13           |
| 88             | Щи из свежей капусты и картофеля на бульоне из мяса цыплят, со сметаной, зеленью<br>(б/к капуста, томат.пюре, морк., лук репч.,мясо кур.,масло растит., сметана 15%, укроп зелень, йодир. соль) | 250/15/10/1 | 37,82         | 7,47              | 13,6         | 9,69          | 187,64          |
| 265            | Плов из свинины<br>(свинина мякоть, крупа рис., лук репч.морковь, томат., раст. масло, йодир. соль)   | 50/170      | 61,54         | 19,56             | 13,84        | 45,49         | 385,05          |
| 377            | Чай фруктовый (черноплодная рябина)(чай черный, сахар, черноплдн.рябина)  | 200         | 10,00         | 0,10              | 0,03         | 15,00         | 60,61           |
| 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>806</b>  | <b>121,46</b> | <b>31,63</b>      | <b>28,14</b> | <b>99,57</b>  | <b>795,83</b>   |
|                | <b>Всего:</b>   | <b>1326</b> | <b>208,21</b> | <b>55,11</b>      | <b>49,87</b> | <b>193,04</b> | <b>1 461,94</b> |

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

*Анф* | *Полосин* |