



Утверждаю  
ООО «Школьное питание г.о.Жигулевск»  
Директор С.А.Кустова  
9 день цикл. меню

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



Согласовано  
ГБОУ С (О)ОШ № 3  
Директор

| № рецептуры | Наименование блюда                                                                                                                                                                          | Выход, г    | Цена, руб     | Химический состав |              |               |                |
|-------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|---------------|-------------------|--------------|---------------|----------------|
|             |                                                                                                                                                                                             |             |               | белки, г          | жиры, г      | углеводы, г   | ЭЦ, ккал       |
|             | <b>Завтрак</b>                                                                                                                                                                              |             |               |                   |              |               |                |
| 298/331     | Куриные шарики с сыром с соусом сметанным с томатом (мясо цыплят, сметана 15%, томат пюре, сыр, соль йод., масло раст., хлеб пшеничный)                                                     | 40/50       | 41,00         | 8,18              | 10,13        | 19,33         | 176,03         |
| 200         | Пюре из бобовых (гороха) и картофеля (картофель, горох лущеный, молоко 2,5 %, слив. масло 72%, йодир. соль)                                                                                 | 165         | 20,00         | 7,45              | 8,48         | 29,99         | 192,53         |
| ПР          | Витаминный напиток «Витошка»                                                                                                                                                                | 210         | 14,00         | 0,00              | 0,00         | 15,00         | 60,00          |
| 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>500</b>  | <b>78,68</b>  | <b>18,23</b>      | <b>19,03</b> | <b>80,01</b>  | <b>505,66</b>  |
|             | <b>Обед</b>                                                                                                                                                                                 |             |               |                   |              |               |                |
| 93          | Щи по-уральски на бульоне из мяса цыплят, со сметаной и зеленью (б/к капуста, карт., томат пюре, морк., лук репч., крупа пшено, мясо кур., сметана 15%, масло растит., зелень, йодир. соль) | 200/15/10/1 | 30,00         | 6,28              | 9,30         | 28,19         | 216,98         |
| 293/330     | Цыплята жареные порциями с соусом сметанным (цыплята порц., сметана 15%, мука пшенич., йодир. соль)                                                                                         | 60/30       | 46,00         | 9,40              | 10,64        | 12,95         | 222,00         |
| 309         | Макаронные изделия отварные (макароны из пшен. муки, слив. масло 72%, йодир. соль)                                                                                                          | 150         | 20,00         | 5,80              | 5,01         | 31,05         | 192,46         |
| 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.)                                                                                                              | 25/15       | 4,17          | 2,86              | 0,39         | 18,75         | 89,95          |
|             | <b>Итого:</b>                                                                                                                                                                               | <b>721</b>  | <b>110,17</b> | <b>24,44</b>      | <b>25,37</b> | <b>100,95</b> | <b>762,05</b>  |
|             | <b>Всего:</b>                                                                                                                                                                               | <b>1221</b> | <b>188,85</b> | <b>42,67</b>      | <b>44,40</b> | <b>180,96</b> | <b>1267,71</b> |

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

*Алиев*

*Алиев*

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

Меню на "11" декабря 2025г  
 Возрастная категория с 12 лет и старше

Согласовано  
 ГБОУ С (О)ОШ № 3  
 Директор Д.И. Давыдов

9 день цикл. меню

| № рецептуры | Наименование блюда                                                                                                                                                                          | Выход, г    | Цена, руб     | Химический состав |              |               |                |
|-------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|---------------|-------------------|--------------|---------------|----------------|
|             |                                                                                                                                                                                             |             |               | белки, г          | жиры, г      | углеводы, г   | ЭЦ, ккал       |
|             | <b>Завтрак</b>                                                                                                                                                                              |             |               |                   |              |               |                |
| 298/331     | Куриные шарики с сыром с соусом сметанным с томатом (мясо цыплят, сметана 15%, томат пюре, сыр, соль йод., масло раст., хлеб пшеничный)                                                     | 50/50       | 53,00         | 7,92              | 10,79        | 17,38         | 193,33         |
| 200         | Пюре из бобовых (гороха) и картофеля (картофель, горох лущеный, молоко 2,5 %, слив. масло 72%, йодир. соль)                                                                                 | 190         | 27,00         | 10,41             | 7,71         | 27,27         | 220,48         |
| ПР          | Витаминный напиток «Витошка»                                                                                                                                                                | 200         | 14,00         | 0,00              | 0,00         | 15,00         | 60,00          |
| ПР          | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)                                                                                                              | 30/30       | 6,00          | 2,6               | 0,42         | 15,69         | 110,4          |
|             | <b>Итого:</b>                                                                                                                                                                               | <b>550</b>  | <b>100,00</b> | <b>25,90</b>      | <b>24,21</b> | <b>81,34</b>  | <b>604,01</b>  |
|             | <b>Обед</b>                                                                                                                                                                                 |             |               |                   |              |               |                |
| 93          | Щи по-уральски на бульоне из мяса цыплят, со сметаной и зеленью (б/к капуста, карт., томат.пюре, морк., лук репч., крупа пшено, мясо кур., сметана 15%, масло растит., зелень, йодир. соль) | 250/15/10/1 | 40,00         | 7,85              | 11,62        | 29,87         | 218,32         |
| 293/330     | Цыплята жареные порциями с соусом сметанным (цыплята порц., сметана 15%, мука пшенич., йодир. соль)                                                                                         | 60/30       | 46,00         | 9,40              | 10,64        | 12,95         | 222,00         |
| 309         | Макаронные изделия отварные (макароны из пшен. муки, слив. масло 72%, йодир. соль)                                                                                                          | 180         | 24,00         | 5,80              | 5,01         | 37,05         | 216,72         |
| 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.)                                                                                                              | 30/20       | 5,00          | 2,86              | 0,39         | 18,75         | 89,95          |
|             | <b>Итого:</b>                                                                                                                                                                               | <b>811</b>  | <b>125,00</b> | <b>26,01</b>      | <b>27,69</b> | <b>108,63</b> | <b>787,65</b>  |
|             | <b>Всего:</b>                                                                                                                                                                               | <b>1361</b> | <b>225,00</b> | <b>51,91</b>      | <b>51,90</b> | <b>189,97</b> | <b>1391,66</b> |

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

А.И. Давыдов

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

Меню на "11 " декабря 2025г

ГБОУ С (О)ОШ № 3

Директор

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

9 день цикл. меню

| № рецептуры | Наименование блюда                                                                                                                                                                          | Выход, г    | Цена, руб     | Химический состав |              |               |                |
|-------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|---------------|-------------------|--------------|---------------|----------------|
|             |                                                                                                                                                                                             |             |               | белки, г          | жиры, г      | углеводы, г   | ЭЦ, ккал       |
|             | <b>Завтрак</b>                                                                                                                                                                              |             |               |                   |              |               |                |
| 298/331     | Куриные шарики с сыром с соусом сметанным с томатом (мясо цыплят, сметана 155, томат пюре, сыр, соль йод., масло раст., хлеб пшеничный)                                                     | 40/50       | 41,00         | 8,18              | 10,13        | 19,33         | 176,03         |
| 200         | Пюре из бобовых (гороха) и картофеля (картофель, горох лущеный, молоко 2,5 %, слив. масло 72%, йодир. соль)                                                                                 | 165         | 20,00         | 7,45              | 8,48         | 29,99         | 192,53         |
| ПР          | Витаминный напиток «Витошка»                                                                                                                                                                | 210         | 14,00         | 0,00              | 0,00         | 15,00         | 60,00          |
| 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>500</b>  | <b>78,68</b>  | <b>18,23</b>      | <b>19,03</b> | <b>80,01</b>  | <b>505,66</b>  |
|             |                                                                                                                                                                                             |             |               |                   |              |               |                |
|             | <b>Обед</b>                                                                                                                                                                                 |             |               |                   |              |               |                |
| 93          | Щи по-уральски на бульоне из мяса цыплят, со сметаной и зеленью (б/к капуста, карт., томат пюре, морк., лук репч., крупа пшено, мясо кур., сметана 15%, масло растит., зелень, йодир. соль) | 200/15/10/1 | 30,00         | 6,28              | 9,30         | 28,19         | 216,98         |
| 293/330     | Цыплята жареные порциями с соусом сметанным (цыплята порц., сметана 15%, мука пшенич., йодир. соль)                                                                                         | 60/30       | 46,00         | 9,40              | 10,64        | 12,95         | 222,00         |
| 309         | Макаронные изделия отварные (макароны из пшен. муки, слив. масло 72%, йодир. соль)                                                                                                          | 150         | 20,00         | 5,80              | 5,01         | 31,05         | 192,46         |
| 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.)                                                                                                              | 25/15       | 4,17          | 2,86              | 0,39         | 18,75         | 89,95          |
|             | <b>Итого:</b>                                                                                                                                                                               | <b>721</b>  | <b>110,17</b> | <b>24,44</b>      | <b>25,37</b> | <b>100,95</b> | <b>762,05</b>  |
|             | <b>Всего:</b>                                                                                                                                                                               | <b>1221</b> | <b>188,85</b> | <b>42,67</b>      | <b>44,40</b> | <b>180,96</b> | <b>1267,71</b> |

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

*Андрей Леонидович*



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

Согласовано:  
 ГБОУ С (О)УШ № 3 им.С.М.Кирова  
 Директор Орлова

Меню на "11 " декабря 2025г  
 Возрастная категория с 12 лет и старше (детям мобилизованных лиц)  
 вторая смена

9 день цикл. меню

| № рецептуры | Наименование блюда                                                                                                                                                                       | Выход, г    | Цена, руб     | Химический состав |              |               |               |
|-------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|---------------|-------------------|--------------|---------------|---------------|
|             |                                                                                                                                                                                          |             |               | белки, г          | жиры, г      | углеводы, г   | ЭЦ, ккал      |
|             | <b>Обед</b>                                                                                                                                                                              |             |               |                   |              |               |               |
| 93          | Щи по-уральски на бульоне из мяса цыплят, со сметаной и зеленью (б/к капуста, карт., томат.пюре, морк., лук репч.,крупя пшено, мясо кур., сметана 15%, масло растит.,зелень, йодир.соль) | 250/15/10/1 | 40,00         | 7,85              | 11,62        | 29,87         | 218,32        |
| 293/330     | Цыплята жареные порциями с соусом сметанным (цыплята порц., сметана 15%, мука пшенич.,йодир.соль)                                                                                        | 60/30       | 46,00         | 9,40              | 10,64        | 12,95         | 222,00        |
| 309         | Макаронные изделия отварные (макароны из пшен.муки, слив.масло 72%, йодир.соль)                                                                                                          | 180         | 26,00         | 5,80              | 5,01         | 31,05         | 192,46        |
| 376         | Чай с сахаром (чай черный, сахар)                                                                                                                                                        | 205/15      | 10,14         | 0,10              | 0,03         | 10,01         | 40,66         |
| ПР          | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный(мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)                                                                                                            | 30/30       | 6,00          | 4,26              | 0,75         | 28,35         | 137,37        |
|             | <b>Итого:</b>                                                                                                                                                                            | <b>826</b>  | <b>128,14</b> | <b>27,41</b>      | <b>28,05</b> | <b>112,23</b> | <b>810,81</b> |
|             | <b>Всего:</b>                                                                                                                                                                            | <b>826</b>  | <b>128,14</b> | <b>27,41</b>      | <b>28,05</b> | <b>112,23</b> | <b>810,81</b> |
|             | <b>Полдник</b>                                                                                                                                                                           |             |               |                   |              |               |               |
| ПР          | Печенье с овсяными хлопьями                                                                                                                                                              | 32          | 29,00         | 6,50              | 4,00         | 33,50         | 210,00        |
| 376         | Чай с сахаром (чай черный, сахар)                                                                                                                                                        | 220/15      | 11,11         | 0,10              | 0,03         | 10,01         | 40,66         |
| ПР          | Десерт фруктовый(яблоко)                                                                                                                                                                 | 90          | 17,00         | 0,40              | 0,40         | 9,80          | 47,00         |
|             | <b>Итого:</b>                                                                                                                                                                            | <b>357</b>  | <b>57,11</b>  | <b>11,41</b>      | <b>7,60</b>  | <b>82,41</b>  | <b>461,83</b> |

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством Андрей Денисов

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

Меню на "11" декабря 2025г

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

ГБОУ С (О)ОШ №

Согласовано

Директор

9 день цикл. меню

вторая смена

| № рецептуры | Наименование блюда                                                                                                                                                                         | Выход, г   | Цена, руб     | Химический состав |              |               |               |
|-------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|---------------|-------------------|--------------|---------------|---------------|
|             |                                                                                                                                                                                            |            |               | белки, г          | жиры, г      | углеводы, г   | ЭЦ, ккал      |
|             | <b>Обед</b>                                                                                                                                                                                |            |               |                   |              |               |               |
| 93          | Щи по-уральски на бульоне из мяса цыплят, со сметаной и зеленью (б/к капуста, карт., томат.пюре, морк., лук репч., крупа пшено, мясо кур., сметана 15%, масло растит., зелень, йодир.соль) | 200/15/1   | 30,00         | 6,28              | 9,30         | 28,19         | 216,98        |
| 293/330     | Цыплята жареные порциями с соусом сметанным (цыплята порц., сметана 15%, мука пшенич., йодир.соль)                                                                                         | 60/30      | 46,00         | 9,40              | 10,64        | 12,95         | 222,00        |
| 309         | Макаронные изделия отварные (макаронны из пшен.муки, слив.масло 72%, йодир.соль)                                                                                                           | 150        | 20,00         | 5,80              | 5,01         | 31,05         | 192,46        |
| 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.)                                                                                                             | 25/15      | 4,17          | 2,86              | 0,39         | 18,75         | 89,95         |
|             | <b>Итого:</b>                                                                                                                                                                              | <b>721</b> | <b>110,17</b> | <b>24,44</b>      | <b>25,37</b> | <b>100,95</b> | <b>762,05</b> |
|             | <b>Всего:</b>                                                                                                                                                                              | <b>721</b> | <b>110,17</b> | <b>24,44</b>      | <b>25,37</b> | <b>100,95</b> | <b>762,05</b> |
|             | <b>Полдник</b>                                                                                                                                                                             |            |               |                   |              |               |               |
| ПР          | Слойка с фруктовой начинкой (повидло)                                                                                                                                                      | 100        | 30,00         | 7,00              | 3,90         | 43,50         | 240,00        |
| 376         | Чай с сахаром (чай черный, сахар)                                                                                                                                                          | 190/15     | 7,83          | 0,10              | 0,03         | 10,01         | 40,66         |
|             | <b>Итого:</b>                                                                                                                                                                              | <b>305</b> | <b>37,83</b>  | <b>7,10</b>       | <b>3,93</b>  | <b>53,51</b>  | <b>280,66</b> |

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством Андрей Семинский

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

Согласовано:  
ГБОУ С (О)ОШ № 3 ГБОУ  
Директор Гришва

Меню на "11" декабря 2025г  
Возрастная категория с 12 лет и старше (детям из многодетных семей)

9 день цикл. меню

| № рецептуры | Наименование блюда                                                                                                                                                                          | Выход, г    | Цена, руб     | Химический состав |              |               |                 |
|-------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|---------------|-------------------|--------------|---------------|-----------------|
|             |                                                                                                                                                                                             |             |               | белки, г          | жиры, г      | углеводы, г   | ЭЦ, ккал        |
|             | <b>Завтрак</b>                                                                                                                                                                              |             |               |                   |              |               |                 |
| 298/331     | Куриные шарики с сыром с соусом сметанным с томатом (мясо цыплят, сметана 15%, томат пюре, сыр, соль йод., масло раст., хлеб пшеничный)                                                     | 40/50       | 42,00         | 8,08              | 11,18        | 14,33         | 196,03          |
| 200         | Пюре из бобовых (гороха) и картофеля (картофель, горох лущеный, молоко 2,5 %, слив. масло 72%, йодир. соль)                                                                                 | 190         | 27,00         | 10,41             | 7,71         | 27,27         | 220,48          |
| ПР          | Витаминный напиток «Витошка»                                                                                                                                                                | 220         | 17,00         | 0,00              | 0,00         | 15,00         | 60,00           |
| 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>555</b>  | <b>91,52</b>  | <b>22,54</b>      | <b>19,55</b> | <b>81,24</b>  | <b>597,41</b>   |
|             | <b>Обед</b>                                                                                                                                                                                 |             |               |                   |              |               |                 |
| 93          | Щи по-уральски на бульоне из мяса цыплят, со сметаной и зеленью (б/к капуста, карт., томат пюре, морк., лук репч., крупа пшено, мясо кур., сметана 15%, масло растит., зелень, йодир. соль) | 250/15/10/1 | 40,00         | 7,85              | 11,62        | 29,87         | 218,32          |
| 293/330     | Цыплята жаренные порциями с соусом сметанным (цыплята порц., сметана 15%, мука пшенич., йодир. соль)                                                                                        | 60/30       | 46,00         | 9,40              | 10,64        | 12,95         | 222,00          |
| 309         | Макаронные изделия отварные (макароны из пшен. муки, слив. масло 72%, йодир. соль)                                                                                                          | 180         | 26,00         | 5,80              | 5,01         | 31,05         | 192,46          |
| 376         | Чай с сахаром (чай черный, сахар)                                                                                                                                                           | 205/15      | 10,12         | 0,10              | 0,03         | 10,01         | 40,66           |
| ПР          | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)                                                                                                              | 30/30       | 6,00          | 4,26              | 0,75         | 28,35         | 137,37          |
|             | <b>Итого:</b>                                                                                                                                                                               | <b>826</b>  | <b>128,12</b> | <b>27,41</b>      | <b>28,05</b> | <b>112,23</b> | <b>810,81</b>   |
|             | <b>Всего:</b>                                                                                                                                                                               | <b>1381</b> | <b>219,64</b> | <b>49,95</b>      | <b>47,60</b> | <b>193,47</b> | <b>1 408,22</b> |

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством Гришва, Гришва