

Утверждаю
 ООО «Школьное питание г.о.Жигулевск»

Директор С.А.Кустова

Меню на "12" марта 2025г
 Возрастная категория с 7 до 11 лет

Согласовано
 ГБОУ С (О)ОШ № 3
 Директор Александр

8 день цикл. меню

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
Завтрак							
67	Винегрет овощной с зеленым горошком	60	12,00	0,87	6,1	4,59	75,37
265	Плов из свинины (свинина мякоть, крупа рис., лук репч. морковь, томат., раст. масло, йодир. Соль)	40/165	51,00	16,29	12,35	42,78	347,82
388	Напиток из плодов шиповника (плоды шиповника суш., сахар, лимон. кисл.)	200	12,00	0,10	0,03	19,96	79,80
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	20/15	3,68	2,60	0,42	15,69	77,10
	Итого:	500	78,68	19,86	18,90	83,02	580,09
Обед							
184/190	Борщ "Украинский" с пампушками на бульоне из мяса цыплят со сметаной, зеленью (б/к капуста, картоф., морковь, свекла, лук репч., мясо птицы, томат.пюре, сметана 15 %, зелень, йодир. соль, сахар, к-та лимон., мука пшенич., чеснок, яйцо курин.)	200/20/15/10/1	30,00	6,28	13,02	26,53	229,86
243/540	Мясные изделия отварные с соусом красным основным (мяс. изделия, лук репчатый, морковь, соль, томатное пюре, мало растительное, мука пшеничная)	55/35	42,00	9,80	11,68	12,39	155,20
309	Макаронные изделия отварные (макаронны из пшен. муки, слив. масло 72%, йодир. соль)	150	20,00	5,80	5,01	37,05	216,72
389	Сок фруктовый	200	14,00	0,20	0,26	22,60	92,00
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	25/15	4,17	2,86	0,39	18,75	89,95
	Итого:	726	110,17	24,94	30,36	117,32	783,73
	Всего:	1226	188,85	44,80	49,26	200,34	1 363,82

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством Александр | Александр

Утверждаю

ООО «Школьное питание г.о.Жигулевск»

Директор С.А.Кустова

Меню на "12" марта 2025г

Возрастная категория с 12 лет и старше

8 день цикл. меню

Согласовано

ГБОУ СОШ № 3

Директор *Орехова*

3

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
	Завтрак						
67	Винегрет овощной с зеленым горошком	60	12,00	0,87	6,1	4,59	75,37
265	Плов из свинины (свинина мякоть, крупа рис., лук репч.морковь, томат., раст. масло, йодир. соль)	50/190	71,00	17,51	12,29	40,10	341,33
388	Напиток из плодов шиповника (плоды шиповника суш., сахар, лимон. кисл.)	200	12,00	0,10	0,03	19,96	79,80
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный(мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/20	5,00	2,6	0,42	15,69	110,4
	Итого:	550	100,00	21,18	19,07	82,98	619,10
	Обед						
184/190	Борщ "Украинский" с пампушками со сметаной (б/к капуста, картоф., морковь, свекла, лук репч., мясо птицы, томат.пюре, сметана 15 %, зелень, йодир. соль, сахар, к-та лимон., мука пшенич., чеснок, яйцо куриц.)	250/20/15/10/1	40,00	7,94	14,8	30,39	256,96
243/540	Мясные изделия с соусом красным основным(мяс.изделия, лук репчатый,морковь,соль,томатное пюре,мало растительное, мука пшеничная")	55/40	45,00	9,98	12,09	13,69	188,48
309	Макаронные изделия отварные(макароны из пшен.муки, слив.масло 72%, йодир.соль)	150	20,00	5,80	5,01	37,05	216,72
389	Сок фруктовый	200	14,00	0,20	0,26	22,60	92,00
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	28,18	32,91	132,08	842,57
	Всего:	1351	225,00	49,36	51,98	215,06	1461,67

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

*Андрей**Семин*

ООО «Школьное питание г.о.Жигулевск»

Директор С.А.Кустова

Меню на "12" марта 2025г

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

8 день цикл. меню

Согласовано
ГБОУ СОУОШ № 3
Директор *Оришва*

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
	Завтрак						
67	Винегрет овощной с зеленым горошком	60	12,00	0,87	6,1	4,59	75,37
265	Плов из свинины (свинина мякоть, крупа рис., лук репч. морковь, томат, раст. масло, йодир. Соль)	40/165	51,00	16,29	12,35	42,78	347,82
388	Напиток из плодов шиповника (плоды шиповника суш., сахар, лимон. кисл.)	200	12,00	0,10	0,03	19,96	79,80
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	20/15	3,68	2,60	0,42	15,69	77,10
	Итого:	500	78,68	19,86	18,90	83,02	580,09
	Обед						
184/190	Борщ "Украинский" с пампушками со сметаной (б/к капуста, картоф., морковь, свекла, лук репч., мясо птицы, томат пюре, сметана 15 %, зелень, йодир. соль, сахар, к-та лимон., мука пшенич., песок, яйцо куриц.)	200/20/15/10/1	30,00	6,28	13,02	26,53	229,86
243/540	Мясные изделия с соусом красным основным (мяс. изделия, лук репчатый, морковь, соль, томатное пюре, мало растительное, мука пшеничная")	55/35	42,00	9,80	11,68	12,39	155,20
309	Макаронные изделия отварные (макароны из пшен. муки, слив. масло 72%, йодир. соль)	150	20,00	5,80	5,01	37,05	216,72
389	Сок фруктовый	200	14,00	0,20	0,26	22,60	92,00
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	25/15	4,17	2,86	0,39	18,75	89,95
	Итого:	726	110,17	24,94	30,36	117,32	783,73
	Всего:	1226	188,85	44,80	49,26	200,34	1 363,82

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством *Сид* *Ленинград*

ООО «Школьное питание г.о.Жигулевск»

Директор **С.А.Кустова**

Меню на "12" марта 2025г

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

8 день цикла меню



№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
Обед							
15	Сыр (порциями)	10	7,14	2,22	2,81	0,00	36,10
184/190	Борщ "Украинский" с пампушками со сметаной (б/к капуста, картоф., морковь, свекла, лук репч., мясо птицы, томат.пюре, сметана 15 %, зелень, йодир. соль, сахар, к-та лимон., мука пшенич., чеснок, яйцо курин.)	250/20/15/10/1	40,00	7,94	14,8	30,39	256,96
243/540	Мясные изделия с соусом красным основным(мяс.изделия, лук репчатый,морковь,соль,томатное пюре,мало растительное, мука пшеничная")	55/35	42,00	9,80	11,68	12,39	155,20
309	Макаронные изделия отварные(макароны из пшен.муки, слив.масло 72%, йодир.соль)	150	20,00	5,80	5,01	37,05	216,72
389	Сок фруктовый	200	14,00	0,20	0,26	22,60	92,00
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный(мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/20	5,00	2,6	0,42	15,69	110,4
	Итого:	811	128,14	28,50	34,75	118,12	818,42
	Всего:	811	128,14	28,50	34,75	118,12	818,42
Полдник							
ПР	Слойка с фруктовой начинкой (повидло)	100	27,83	7,00	3,90	43,50	240,00
389	Сок фруктовый	180	13,00	0,20	0,26	22,60	92,00
ПР	Десерт фруктовый(яблоко)	110	16,28	0,40	0,40	9,80	47,00
	Итого:	390	57,11	7,60	4,56	75,90	379,00

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством Ареф | Пенелопея, И

Утверждаю
 ООО «Школьное питание г.о.Жигулевск»

Директор С.А.Кустова

Меню на "12" марта 2025г

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

8 день цикл меню

вторая смена

Согласовано
 3
 ГБОУ СОШ № 3
 Директор *Сидорова*

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав*			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
Обед							
184/190	Борщ "Украинский" с пампушками со сметаной (б/к капуста, картоф., морковь, свекла, лук репч., мясо птицы, томат.пюре, сметана 15 %, зелень, йодир. соль, сахар, к-та лимон., мука пшенич., чеснок, яйцо курин.)	200/20/15/10/1	30,00	6,28	13,02	26,53	229,86
243/540	Мясные изделия с соусом красным основным(мяс.изделия, лук репчатый,морковь,соль,томатное пюре,мало растительное, мука пшеничная")	55/35	42,00	9,80	11,68	12,39	155,20
309	Макаронные изделия отварные(макароны из пшен.муки, слив.масло 72%, йодир.соль)	150	20,00	5,80	5,01	37,05	216,72
389	Сок фруктовый	200	14,00	0,20	0,26	22,60	92,00
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный(мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	25/15	4,17	2,86	0,39	18,75	89,95
	Итого:	726	110,17	24,94	30,36	117,32	783,73
	Всего:	726	110,17	24,94	30,36	117,32	783,73
Полдник							
ПР	Булочка Ромашка(мука пшеничн., раст.масло, дрожжи, соль йодированная, сахар)	60	8,72	3,36	3,48	23,68	139,24
376	Чай с сахаром(чай черный, сахар)	210/15	10,00	0,10	0,03	10,01	40,66
ПР	Сырок «Дружба»	19	19,11	6,50	4,00	33,50	210,00
	Итого:	304	37,83	9,96	7,51	67,19	389,90

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством *Сидорова* *Петрова*

Утверждаю
 ООО «Школьное питание г.о.Жигулевск»

Директор С.А.Кустова

Меню на "12" марта 2025г

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

Согласовано
 ГБОУ С (О)ОШ № 3

Директор

8 день цикл меню

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
Завтрак							
67	Винегрет овощной с зеленым горошком	60	12,00	0,87	6,1	4,59	75,37
265	Плов из свинины (свинина мякоть, крупа рис., лук репч. морковь, томат., раст. масло, йодир. соль)	50/170	62,00	19,56	13,84	45,49	385,05
388	Напиток из плодов шиповника (плоды шиповника суш., сахар, лимон. кисл.)	200	12,00	0,10	0,03	19,96	79,80
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/25	5,52	4,05	0,66	24,64	120,9
	Итого:	535	91,52	24,58	20,63	94,68	661,12
Обед							
15	Сыр (порциями)	10	7,14	2,22	2,81	0,00	36,10
184/190	Борщ "Украинский" с пампушками со сметаной (б/к капуста, картоф., морковь, свекла, лук репч., мясо птицы, томат.пюре, сметана 15 %, зелень, йодир. соль, сахар, к-та лимон., мука пшенич., чеснок, яйцо куриц.)	250/20/15/10/1	40,00	7,94	14,8	30,39	256,96
243/540	Мясные изделия с соусом красным основным (мяс.изделия, лук репчатый, морковь, соль, томатное пюре, мало растительное, мука пшеничная)	55/35	42,00	9,98	11,68	12,39	155,20
309	Макаронные изделия отварные (макаронны из пшен.муки, слив.масло 72%, йодир.соль)	150	20,00	5,80	5,01	37,05	216,72
389	Сок фруктовый	200	14,00	0,20	0,26	22,60	92,00
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/20	5,00	2,6	0,42	15,69	110,4
	Итого:	811	128,14	28,50	34,75	118,12	818,42
	Всего:	1346	219,66	53,08	55,38	212,80	1 479,54

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

Степ

Солнцева, К. И.