



ООО «Школьное питание г.о.Жигулевск»  
«ШКОЛЬНОЕ ПИТАНИЕ»  
Директор С.А.Кустова  
ЖИГУЛЕВСКИЙ РАЙОН  
6 день цикл. меню

Меню на "24 " ноября 2025г  
Возрастная категория с 7 до 11 лет



ГБОУ С (О)ОШ № 3  
Директор С.А.Кустова

| № рецептуры | Наименование блюда                                                                                                                                                             | Выход, г    | Цена, руб     | Химический состав |              |               |                |
|-------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|---------------|-------------------|--------------|---------------|----------------|
|             |                                                                                                                                                                                |             |               | белки, г          | жиры, г      | углеводы, г   | ЭЦ, ккал       |
|             | <b>Завтрак</b>                                                                                                                                                                 |             |               |                   |              |               |                |
| 62          | Салат из моркови с чесноком                                                                                                                                                    | 60          | 12,00         | 0,69              | 6,05         | 12,16         | 72,45          |
| ПР/331      | Тефтели из индейки с соусом сметанным с томатом (мясо индейки, крупа рисовая, яйцо кур., соус- томат. поре, сметана 15%, мука пшенич., йодир. соль)                            | 65/25       | 33,00         | 9,68              | 7,27         | 11,64         | 111,81         |
| 309         | Макаронные изделия отварные (макаронны из пшен. муки, слив.масло 72%, йодир. соль)                                                                                             | 150         | 20,00         | 5,80              | 5,01         | 31,05         | 192,46         |
| 377         | Чай с апельсином с сахаром (чай черный, сахар, лимон сн.)                                                                                                                      | 200/15      | 10,00         | 0,16              | 0,03         | 10,22         | 62,99          |
| 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>550</b>  | <b>78,68</b>  | <b>18,93</b>      | <b>18,78</b> | <b>80,76</b>  | <b>516,81</b>  |
|             | <b>Обед</b>                                                                                                                                                                    |             |               |                   |              |               |                |
| 67          | Винегрет овощной с зел.горошком                                                                                                                                                | 60          | 12,00         | 0,87              | 6,1          | 5,59          | 54,36          |
| 102         | Суп картофельный с бобовыми (горох) на бульоне из мяса цыплят, зеленыю (св. картофель, горох луцений, морковь, лук репч., раст. масло, мясо цыплят, укроп зелень, йодир. соль) | 200/15/1    | 30,00         | 8,82              | 7,95         | 22,53         | 230,33         |
| 265         | Плов из цыплят (мясо цыплят, крупа рис., лук репч., морковь, томат., раст. масло, йодир. Соль)                                                                                 | 40/170      | 54,00         | 11,85             | 10,01        | 43,46         | 344,21         |
| 377         | Чай с лимоном с сахаром (чай черный, сахар, лимон сн.)                                                                                                                         | 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       | 4,17          | 2,86              | 0,39         | 18,75         | 89,95          |
|             | <b>Итого:</b>                                                                                                                                                                  | <b>741</b>  | <b>110,17</b> | <b>24,56</b>      | <b>24,48</b> | <b>100,55</b> | <b>781,84</b>  |
|             | <b>Всего:</b>                                                                                                                                                                  | <b>1291</b> | <b>188,85</b> | <b>43,49</b>      | <b>43,26</b> | <b>181,31</b> | <b>1298,65</b> |

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

С.А.Кустова



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

6 день цикла: меню

Меню на "24 " ноября 2025г  
Возрастная категория с 12 лет и старше

ГБОУ С (О)ОШ № 12  
Директор

| № рецептуры | Наименование блюда                                                                                                                                                                  | Выход, г    | Цена, руб     | Химический состав |              |               |                |
|-------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|---------------|-------------------|--------------|---------------|----------------|
|             |                                                                                                                                                                                     |             |               | белки, г          | жиры, г      | углеводы, г   | ЭЦ, ккал       |
|             | <b>Завтрак</b>                                                                                                                                                                      |             |               |                   |              |               |                |
| 62          | Салат из моркови с чесноком                                                                                                                                                         | 60          | 12,00         | 0,69              | 6,05         | 12,16         | 72,45          |
| ПР/331      | Тфтели из индейки с соусом сметанным с томатом (мясо индейки, крупа рисовая, яйцо кур., соус- томат. пюре, сметана 15%, мука пшенич., йогурт, соль)                                 | 65/40       | 46,00         | 10,05             | 7,71         | 12,10         | 111,95         |
| 309         | Макаронные изделия отварные (макарони из пшени. муки, слив. масло 72%, йогурт, соль)                                                                                                | 170         | 27,00         | 5,80              | 5,01         | 37,05         | 216,72         |
| 377         | Чай с апельсином с сахаром (чай черный, сахар, лимон сн.)                                                                                                                           | 200/15      | 10,00         | 0,16              | 0,03         | 10,22         | 62,99          |
| ПР          | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржана, дрожжи, соль йогурт.)                                                                                                      | 30/20       | 5,00          | 3,75              | 0,61         | 22,42         | 110,4          |
|             | <b>Итого:</b>                                                                                                                                                                       | <b>600</b>  | <b>100,00</b> | <b>20,45</b>      | <b>19,41</b> | <b>93,95</b>  | <b>574,51</b>  |
|             | <b>Обед</b>                                                                                                                                                                         |             |               |                   |              |               |                |
| 67          | Винегрет овощной с зел.горошком                                                                                                                                                     | 60          | 12,00         | 0,87              | 6,1          | 5,59          | 54,36          |
| 102         | Суп картофельный с бобовыми (горох) на бульоне из мяса цыплят, зеленью (сн. картофеля, горох луцкский, морковь, лук репч., раст. масло, мясо цыплят, укроп, петрушка, йогурт, соль) | 250/15/1    | 40,00         | 10,0              | 9,06         | 23,39         | 236,51         |
| 265         | Плов из цыплят (мясо цыплят, крупа рис., лук репч., морковь, томат., раст. масло, йогурт, соль)                                                                                     | 40/190      | 60,00         | 13,84             | 11,13        | 45,17         | 381,28         |
| 377         | Чай с лимоном с сахаром (чай черный, сахар, лимон сн.)                                                                                                                              | 200/15      | 10,00         | 0,16              | 0,03         | 10,22         | 62,99          |
| ПР          | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржана, дрожжи, соль, йогурт.)                                                                                                     | 15/15       | 3,00          | 2,86              | 0,39         | 18,75         | 89,95          |
|             | <b>Итого:</b>                                                                                                                                                                       | <b>801</b>  | <b>125,00</b> | <b>27,73</b>      | <b>26,71</b> | <b>103,12</b> | <b>825,09</b>  |
|             | <b>Всего:</b>                                                                                                                                                                       | <b>1401</b> | <b>225,00</b> | <b>48,18</b>      | <b>46,12</b> | <b>197,07</b> | <b>1399,60</b> |

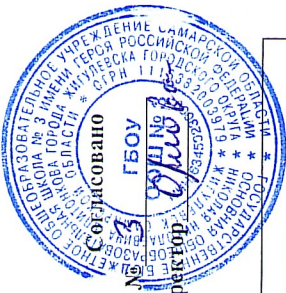
Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

*С.А. Кустова*



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



ГБОУ С (О)ОШ № 3  
Меню на "24 " ноября 2025г  
ОВЗ. Возрастная категория с 7 до 11 лет. Возрастная категория с 12 лет и старше

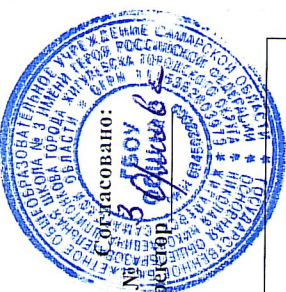
| № рецептуры | Наименование блюда                                                                                                                                                             | Выход, г    | Цена, руб     | Химический состав |              |               |                |
|-------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|---------------|-------------------|--------------|---------------|----------------|
|             |                                                                                                                                                                                |             |               | белки, г          | жиры, г      | углеводы, г   | ЭЦ, ккал       |
|             | <b>Завтрак</b>                                                                                                                                                                 |             |               |                   |              |               |                |
| 62          | Салат из моркови с чесноком                                                                                                                                                    | 60          | 12,00         | 0,69              | 6,05         | 12,16         | 72,45          |
| ПР/331      | Тфтели из индейки с соусом сметанным с томатом (мясо индейки, крупа рисовая, яйцо кур.,соус- томат. пюре, сметана 15%, мука пшенич., йодир.соль)                               | 65/25       | 33,00         | 9,68              | 7,27         | 11,64         | 111,81         |
| 309         | Макаронные изделия отварные (макаронны из пшеп.муки, слив.масло 72%, йодир.соль)                                                                                               | 150         | 20,00         | 5,80              | 5,01         | 31,05         | 192,46         |
| 377         | Чай с апельсином с сахаром (чай черный,сахар,лимон сл.)                                                                                                                        | 200/15      | 10,00         | 0,16              | 0,03         | 10,22         | 62,99          |
| 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>550</b>  | <b>78,68</b>  | <b>18,93</b>      | <b>18,78</b> | <b>80,76</b>  | <b>516,81</b>  |
|             | <b>Обед</b>                                                                                                                                                                    |             |               |                   |              |               |                |
| 67          | Винегрет овощной с зел.горошком                                                                                                                                                | 60          | 12,00         | 0,87              | 6,1          | 5,59          | 54,36          |
| 102         | Суп картофельный с бобовыми (горох) на бульоне из мяса цыплят, зеленью (св. картофель, горох лущеный, моркови, лук репч., раст. масло, мясо цыплят, укроп зелень, йодир. соль) | 200/15/1    | 30,00         | 8,82              | 7,95         | 22,53         | 230,33         |
| 291         | Плов из цыплят (мясо цыплят, крупа рис., лук репч.,морковь, томат., раст. масло, йодир. Соль)                                                                                  | 40/170      | 54,00         | 11,85             | 10,01        | 43,46         | 344,21         |
| 377         | Чай с лимоном с сахаром (чай черный,сахар,лимон сл.)                                                                                                                           | 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       | 4,17          | 2,86              | 0,39         | 18,75         | 89,95          |
|             | <b>Итого:</b>                                                                                                                                                                  | <b>741</b>  | <b>110,17</b> | <b>24,56</b>      | <b>24,48</b> | <b>100,55</b> | <b>781,84</b>  |
|             | <b>Всего:</b>                                                                                                                                                                  | <b>1291</b> | <b>188,85</b> | <b>43,49</b>      | <b>43,26</b> | <b>181,31</b> | <b>1298,65</b> |

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством Дер Деминская



Утверждено:  
ООО «Школьное питание г.о.Жигулевск»  
Директорское питание С.А. Кустова



Согласовано:  
ГБОУ С (ОУ)Ш № 3  
Директор

Меню на "24 " ноября 2025г  
Возрастная категория с 12 лет и старше (детям мобилизованных лиц)  
вторая смена

6 день цикл, меню

| № рецептуры | Наименование блюда                                                                                                                                                              | Выход, г   | Цена, руб     | Химический состав |              |               |               |
|-------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|---------------|-------------------|--------------|---------------|---------------|
|             |                                                                                                                                                                                 |            |               | белки, г          | жиры, г      | углеводы, г   | ЭЦ, ккал      |
|             | <b>Обед</b>                                                                                                                                                                     |            |               |                   |              |               |               |
| 67          | Винегрет овощной с зел.горошком                                                                                                                                                 | 65         | 15,14         | 0,90              | 6,16         | 6             | 54,69         |
| 102         | Суп картофельный с бобовыми (горох) на бульоне из мяса цыплят, зеленью (св.картофель, горох луццкий, морковь, лук репч., раст. масло, мясо цыплят, укроп зеленый, подпир. соль) | 250/15/1   | 40,00         | 10,0              | 9,06         | 23,39         | 236,51        |
| 291         | Плов из цыплят (мясо цыплят, крупа рис., лук репч.морковь, томат., раст. масло, подпир. Соль)                                                                                   | 40/190     | 60,00         | 13,84             | 11,13        | 45,17         | 381,28        |
| 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, ржана, дрожжи, соль, подпир.)                                                                                                  | 15/15      | 3,00          | 2,86              | 0,39         | 18,75         | 89,95         |
|             | <b>Итого:</b>                                                                                                                                                                   | <b>806</b> | <b>128,14</b> | <b>27,76</b>      | <b>26,77</b> | <b>103,53</b> | <b>825,42</b> |
|             | <b>Всего:</b>                                                                                                                                                                   | <b>806</b> | <b>128,14</b> | <b>27,76</b>      | <b>26,77</b> | <b>103,53</b> | <b>825,42</b> |
|             | <b>Полдник</b>                                                                                                                                                                  |            |               |                   |              |               |               |
| ПР          | Плюшка "Московская"                                                                                                                                                             | 100        | 23,00         | 4,35              | 3,17         | 28,89         | 161,79        |
| ПР          | Сырок «Дружба»                                                                                                                                                                  | 19         | 23,00         | 6,50              | 4,00         | 33,50         | 210,00        |
| 377         | Чай с лимоном с сахаром (чай черный,сахар,лимон св.)                                                                                                                            | 220/15     | 11,11         | 0,16              | 0,03         | 10,22         | 62,99         |
|             | <b>Итого:</b>                                                                                                                                                                   | <b>354</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 В.В. Селезнёва



ГБОУ С(О)ОШ №3  
Директор *Шиб*

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

6 ДЕНЬ ЦИКЛ. МЕНЮ

## Вторая смена

| № рецептуры              | Наименование блюда                                                                                                                                                              | Выход, г | Цена, руб | Химический состав |         |             |          |
|--------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|-----------|-------------------|---------|-------------|----------|
|                          |                                                                                                                                                                                 |          |           | белки, г          | жиры, г | углеводы, г | ЭЦ, ккал |
|                          | Обед                                                                                                                                                                            |          |           |                   |         |             |          |
| 67                       | Винегрет овощной с зел.горошком                                                                                                                                                 | 60       | 12,00     | 0,87              | 6,1     | 5,59        | 54,36    |
| 102                      | Суп картофельный с бобовыми (горох) на бульоне из мяса цыплят, зеленью (св. картофель, горох лущеный, морковь, лук репч., раст. масло, мясо цыплят, укроп зеленый, йодир. соль) | 200/15/1 | 30,00     | 8,82              | 7,95    | 22,53       | 230,33   |
| 291                      | Плов из цыплят (мясо цыплят, крупа рис., лук репч. морковь, томат., раст. масло, йодир. Соль)                                                                                   | 40/170   | 54,00     | 11,85             | 10,01   | 43,46       | 344,21   |
| 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<br>(мука пшеничная, ржанина, дрожжи, соль йодир.)                                                                                              | 25/15    | 4,17      | 2,86              | 0,39    | 18,75       | 89,95    |
|                          | Итого:                                                                                                                                                                          | 741      | 110,17    | 24,56             | 24,48   | 100,55      | 781,84   |
|                          | Всего:                                                                                                                                                                          | 741      | 110,17    | 24,56             | 24,48   | 100,55      | 781,84   |
|                          | Полдник                                                                                                                                                                         |          |           |                   |         |             |          |
| ПР                       | Плюшка "Московская"                                                                                                                                                             | 100      | 23,00     | 4,35              | 3,17    | 28,89       | 161,79   |
| 389                      | Сок фруктовый                                                                                                                                                                   | 205      | 14,83     | 0,20              | 0,26    | 22,60       | 92,00    |
|                          | Итого:                                                                                                                                                                          | 305      | 37,83     | 4,55              | 3,43    | 51,49       | 253,79   |
| Продукты не содержат ГМО |                                                                                                                                                                                 |          |           |                   |         |             |          |

**Продукты не содержат ГМО**

## Заведующий производством

Prep / Jennifer D. K.



Меню на "24 " ноября 2025г  
Возрастная категория с 12 лет и старше (детям из многодетных семей)

| № рецептуры              | Наименование блюда                                                                                                                                                               | Выход, г    | Цена, руб     | Химический состав |              |               |                 |
|--------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|---------------|-------------------|--------------|---------------|-----------------|
|                          |                                                                                                                                                                                  |             |               | белки, г          | жиры, г      | углеводы, г   | ЭЦ, ккал        |
|                          | <b>Завтрак</b>                                                                                                                                                                   |             |               |                   |              |               |                 |
| 62                       | Салат из моркови с чесноком                                                                                                                                                      | 60          | 12,00         | 0,69              | 6,05         | 12,16         | 72,45           |
| 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)                                | 65/35       | 44,00         | 9,72              | 7,31         | 11,70         | 111,89          |
| 309                      | Макаронные изделия отварные (макаронны из пшени.муки, слив.масло 72%, йодир.соль)                                                                                                | 150         | 20,00         | 5,80              | 5,01         | 31,05         | 192,46          |
| 377                      | Чай с апельсином с сахаром (чай черный,сахар,лимон сн.)                                                                                                                          | 200/15      | 10,00         | 0,16              | 0,03         | 10,22         | 62,99           |
| 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>580</b>  | <b>91,52</b>  | <b>20,42</b>      | <b>19,06</b> | <b>89,77</b>  | <b>560,69</b>   |
|                          | <b>Обед</b>                                                                                                                                                                      |             |               |                   |              |               |                 |
| 67                       | Винегрет овощной с зел.горошком                                                                                                                                                  | 65          | 15,14         | 0,90              | 6,16         | 6             | 54,69           |
| 102                      | Суп картофельный с бобовыми (горох) на бульоне из мяса цыплят, зеленью (сн. картофеля, горох душистый, морковь, лук репч., раст.масло, мясо цыплят, укроп, петруш., йодир. соль) | 250/15/1    | 40,00         | 10,0              | 9,06         | 23,39         | 236,51          |
| 291                      | Плов из цыплят (мясо цыплят, крупа рис., лук репч.,морковь, томат., раст. масло, йодир. Соль)                                                                                    | 40/190      | 60,00         | 13,84             | 11,13        | 45,17         | 381,28          |
| 377                      | Чай с лимоном с сахаром (чай черный,сахар,лимон сн.)                                                                                                                             | 200/15      | 10,00         | 0,16              | 0,03         | 10,22         | 62,99           |
| ПР                       | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный(мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)                                                                                                    | 15/15       | 3,00          | 2,86              | 0,39         | 18,75         | 89,95           |
|                          | <b>Итого:</b>                                                                                                                                                                    | <b>806</b>  | <b>128,14</b> | <b>27,76</b>      | <b>26,77</b> | <b>103,53</b> | <b>825,42</b>   |
|                          | <b>Всего:</b>                                                                                                                                                                    | <b>1386</b> | <b>219,66</b> | <b>48,18</b>      | <b>45,83</b> | <b>193,30</b> | <b>1 386,11</b> |
| Продукты не содержат ГМО |                                                                                                                                                                                  |             |               |                   |              |               |                 |

Заведующий производством / *Леминская*

Продукты не содержат ГМО