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

Согласовано
ГБОУ С (О)ОШ № 3
Директор Орлова

Меню на " 06 " ноября 2026 г.
для обучающихся 1 — 4 классов

5 день цикл. меню

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
	Завтрак						
47	Салат из квашеной капусты	60	12,00	0,04	3	3,24	40,17
258	Мясо духовое(свинина мякоть,раст.масло,картофель,морковь,лук репчатый, мука пшеничная,соль йодир.)	40/165	54,00	15,88	16,18	41,93	292,86
349	Компот из смеси сухофруктов (смесь сухофруктов, сахар, лимон. кислота)	200	12,00	0,20	0,26	19,98	79,87
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный(мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	20/15	4,06	2,60	0,42	15,69	77,10
	Итого:	**500**	**82,06**	**18,72**	**19,86**	**80,84**	**490,00**
	Обед						
67	Винегрет овощной (с зеленым горошком)	60	12,00	0,87	6,10	5,59	54,36
99	Суп овощной на бульоне из мяса цыплят,со сметаной (б/к капуста, картофель, лук репч.,морковь, мясо кур.,зел.горошек конс., раст. масло, сметана 15%, йодир. соль, лавр.лист)	200/15/5	30,00	5,90	8,58	14,10	174,67
295/540	Котлеты рубленые с соусом красным основным (грудка куриная, пшен. хлеб, молоко 2,5 %, пшен. сухари, раст.масло, йодир.соль,томат.пюре,мука пшеничная)	50/40	38,00	8,57	5,46	12,45	151,80
171	Каша перловая рассыпчатая с овощами (крупа перловая,морковь,лук репчатый,масло растительное,масло сливочное,соль йодир.)	150	20,00	5,88	4,85	39,42	233,94
377	Чай с апельсином с сахаром (чай черный,сахар,лимон св.)	200/15	10,00	0,16	0,03	10,22	44,00
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	25/15	4,91	2,86	0,39	18,75	89,95
	Итого:	**775**	**114,91**	**24,24**	**25,41**	**100,53**	**748,72**
	Всего:	**1275**	**196,97**	**42,96**	**45,27**	**181,37**	**1 238,72**

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством _____ / _____ **Ответственный по питанию** Орлова / Орлова 19.10.26г
Ф.И.О. подпись дата получения Ф.И.О. подпись дата получения

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

Согласовано
ГБОУ С (О)ОШ № 3
Директор Орлова

Меню на " 06 " ноября 2026 г.
для обучающихся 5 — 11 классов

5 день цикл. меню

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
	Завтрак						
47	Салат из квашеной капусты	60	12,00	0,04	3	3,24	40,17
258	Мясо духовое(свинина мякоть,раст.масло,картофель,морковь,лук репчатый, мука пшеничная,соль йодир.)	50/185	65,00	16,20	17,31	42,60	308,90
349	Компот из смеси сухофруктов (смесь сухофруктов, сахар, лимон. кислота)	200	12,00	0,20	0,26	19,98	79,87
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/25	6,46	4,05	0,66	24,64	120,9
	Итого:	**550**	**95,46**	**20,49**	**21,23**	**90,46**	**549,84**
	Обед						
67	Винегрет овощной (с зеленым горошком)	60	12,00	0,87	6,10	5,59	54,36
99	Суп овощной на бульоне из мяса цыплят,со сметаной (б/к капуста, картофель, лук репч.,морковь, мясо кур.,зел.горошек конс., раст. масло, сметана 15%, йодир. соль, лавр.лист)	250/15/5	40,00	8,44	10,42	19,81	186,32
295/540	Котлеты рубленые с соусом красным основным (грудка куриная, пшен. хлеб, молоко 2,5 %, пшен. сухари, раст.масло, йодир.соль,томат.пюре,мука пшеничная)	50/45	47,00	9,07	7,22	12,55	180,81
171	Каша перловая рассыпчатая с овощами (крупа перловая,морковь,лук репчатый,масло растительное,масло сливочное,соль йодир.)	150	20,00	5,88	4,85	39,42	233,94
377	Чай с апельсином с сахаром (чай черный,сахар,лимон св.)	205/15	10,65	0,16	0,03	10,22	44,00
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный(мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	15/15	4,00	2,86	0,39	18,75	89,95
	Итого:	**830**	**133,65**	**27,28**	**29,01**	**106,34**	**789,38**
	Всего:	**1380**	**229,11**	**47,77**	**50,24**	**196,80**	**1339,22**

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством Пепеляев / / _____ **Ответственный по питанию** Орлова НС / Орлова / 19.10.26г
Ф.И.О. подпись дата получения — Ф.И.О. подпись дата получения

Утверждаю

ООО"Школьное питание г.о.Жигулевск»

Директор_____ С.А.Кустова

Согласовано

ГБОУ С (О)ОШ № 3

Директор Орлова

Меню на " 06 " ноября 2026 г.
для обучающихся 1 — 4 классов с ОВЗ
первая смена

5 день цикл. меню

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
	Завтрак						
47	Салат из квашеной капусты	60	12,00	0,04	3	3,24	40,17
258	Мясо духовое(свинина мякоть,раст.масло,картофель,морковь,лук репчатый, мука пшеничная,соль йодир.)	40/165	54,00	15,88	16,18	41,93	292,86
349	Компот из смеси сухофруктов (смесь сухофруктов, сахар, лимон. кислота)	200	12,00	0,20	0,26	19,98	79,87
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	20/15	4,06	2,60	0,42	15,69	77,10
	Итого:	**500**	**82,06**	**18,72**	**19,86**	**80,84**	**490,00**
	Обед						
67	Винегрет овощной (с зеленым горошком)	60	12,00	0,87	6,10	5,59	54,36
99	Суп овощной на бульоне из мяса цыплят,со сметаной (б/к капуста, картофель, лук репч.,морковь, мясо кур.,зел.горошек конс., раст. масло, сметана 15%, йодир. соль, лавр.лист)	200/15/5	30,00	5,90	8,58	14,10	174,67
295/540	Котлеты рубленые с соусом красным основным (грудка куриная, пшен. хлеб, молоко 2,5 %, пшен. сухари, раст.масло, йодир.соль,томат.пюре,мука пшеничная)	50/40	38,00	8,57	5,46	12,45	151,80
171	Каша перловая рассыпчатая с овощами (крупа перловая,морковь,лук репчатый,масло растительное,масло сливочное,соль йодир.)	150	20,00	5,88	4,85	39,42	233,94
377	Чай с апельсином с сахаром (чай черный,сахар,лимон св.)	200/15	10,00	0,16	0,03	10,22	44,00
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный(мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	25/15	4,91	2,86	0,39	18,75	89,95
	Итого:	**775**	**114,91**	**24,24**	**25,41**	**100,53**	**748,72**
	Всего:	**1275**	**196,97**	**42,96**	**45,27**	**181,37**	**1 238,72**

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством Пенасенок Ф.С / _____ **Ответственный по питанию** Орлова Н.С / Орлова 19.10.26г

Ф.И.О. подпись дата получения

Ф.И.О. подпись дата получения

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

Согласовано
ГБОУ С (О)ОШ № 3
Директор Орлова

Меню на " 06 " ноября 2026 г.
для обучающихся 1 -4 классов (детям мобилизованных лиц)
вторая смена

5 день цикл. меню

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
	Обед						
67	Винегрет овощной (с зеленым горошком)	60	12,00	0,87	6,10	5,59	54,36
99	Суп овощной на бульоне из мяса цыплят,со сметаной (б/к капуста, картофель, лук репч.,морковь, мясо кур.,зел.горошек конс., раст. масло, сметана 15%, йодир. соль, лавр.лист)	200/15/5	30,00	5,90	8,58	14,10	174,67
295/540	Котлеты рубленые с соусом красным основным (грудка куриная, пшен. хлеб, молоко 2,5 %, пшен. сухари, раст.масло, йодир.соль,томат.пюре,мука пшеничная)	50/40	38,00	8,57	5,46	12,45	151,80
171	Каша перловая рассыпчатая с овощами (крупа перловая,морковь,лук репчатый,масло растительное,масло сливочное,соль йодир.)	150	20,00	5,88	4,85	39,42	233,94
377	Чай с апельсином с сахаром (чай черный,сахар,лимон св.)	200/15	10,00	0,16	0,03	10,22	44,00
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный(мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	25/15	4,91	2,86	0,39	18,75	89,95
	Итого:	**775**	**114,91**	**24,24**	**25,41**	**100,53**	**748,72**
	Всего:	**775**	**114,91**	**24,24**	**25,41**	**100,53**	**748,72**
	Полдник						
ПР	Слойка с фруктовой начинкой (повидло)	100	30,00	7,00	3,90	43,50	240,00
377	Чай фруктовый с сахаром (с/м смородина) (чай черный, сахар, смородина св./мор.)	190/15	9,46	0,13	0,02	15,20	62,00
	Итого:	**300**	**39,46**	**3,95**	**1,93**	**47,20**	**221,70**

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством Пепеляев Пер / _____ **Ответственный по питанию** Орлова Н.С / Орлова 19.10.26г

Ф.И.О. подпись дата получения

Ф.И.О. подпись дата получения

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

Согласовано
ГБОУ С (О)ОШ № 3
Директор Орлова

Меню на " 06 " ноября 2026 г.
для обучающихся 5 — 11 классов (детям из многодетных семей)

5 день цикл. меню

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
	Завтрак						
47	Салат из квашеной капусты	60	12,00	0,04	3	3,24	40,17
258	Мясо духовое(свинина мякоть,раст.масло,картофель,морковь,лук репчатый, мука пшеничная,соль йодир.)	50/185	65,00	16,20	17,31	42,60	308,90
349	Компот из смеси сухофруктов (смесь сухофруктов, сахар, лимон. кислота)	200	12,00	0,20	0,26	19,98	79,87
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный(мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/25	6,46	4,05	0,66	24,64	120,9
	Итого:	**550**	**95,46**	**20,49**	**21,23**	**90,46**	**549,84**
	Обед						
67	Винегрет овощной (с зеленым горошком)	60	12,00	0,87	6,10	5,59	54,36
99	Суп овощной на бульоне из мяса цыплят,со сметаной (б/к капуста, картофель, лук репч.,морковь, мясо кур.,зел.горошек конс., раст. масло, сметана 15%, йодир. соль, лавр.лист)	250/15/5	40,00	8,44	10,42	19,81	186,32
295/540	Котлеты рубленые с соусом красным основным (грудка куриная, пшен. хлеб, молоко 2,5 %, пшен. сухари, раст.масло, йодир.соль,томат.пюре,мука пшеничная)	50/45	47,00	9,07	7,22	12,55	180,81
171	Каша перловая рассыпчатая с овощами (крупа перловая,морковь,лук репчатый,масло растительное,масло сливочное,соль йодир.)	150	20,00	5,88	4,85	39,42	233,94
377	Чай с апельсином с сахаром (чай черный,сахар,лимон св.)	205/15	10,65	0,16	0,03	10,22	44,00
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный(мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	15/15	4,00	2,86	0,39	18,75	89,95
	Итого:	**830**	**133,65**	**27,28**	**29,01**	**106,34**	**789,38**
	Всего:	**1380**	**229,11**	**47,77**	**50,24**	**196,80**	**1 339,22**

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством Пенсионер / / _____ **Ответственный по питанию** Орлова ис / Орлова / 19.10.26г

Ф.И.О. подпись дата получения

Ф.И.О. подпись дата получения

Утверждаю

ООО"Школьное питание г.о.Жигулевск»

Директор_____С.А.Кустова

Согласовано

ГБОУ С (О)ОШ №3

Директор Орлова

Меню на " 06 " ноября 2026 г.

для обучающихся 5 — 11 классов (детям мобилизованных лиц)

первая смена

5 день цикл. меню

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
	Завтрак						
47	Салат из квашеной капусты	60	12,00	0,04	3	3,24	40,17
258	Мясо духовое(свинина мякоть,раст.масло,картофель,морковь,лук репчатый, мука пшеничная,соль йодир.)	50/185	65,00	16,20	17,31	42,60	308,90
349	Компот из смеси сухофруктов (смесь сухофруктов, сахар, лимон. кислота)	200	12,00	0,20	0,26	19,98	79,87
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный(мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/25	6,46	4,05	0,66	24,64	120,9
	Итого:	**550**	**95,46**	**20,49**	**21,23**	**90,46**	**549,84**
	Обед						
67	Винегрет овощной (с зеленым горошком)	60	12,00	0,87	6,10	5,59	54,36
99	Суп овощной на бульоне из мяса цыплят,со сметаной (б/к капуста, картофель, лук репч.,морковь, мясо кур.,зел.горошек конс., раст. масло, сметана 15%, йодир. соль, лавр.лист)	250/15/5	40,00	8,44	10,42	19,81	186,32
295/540	Котлеты рубленые с соусом красным основным (грудка куриная, пшен. хлеб, молоко 2,5 %, пшен. сухари, раст.масло, йодир.соль,томат.пюре,мука пшеничная)	50/45	47,00	9,07	7,22	12,55	180,81
171	Каша перловая рассыпчатая с овощами (крупа перловая,морковь,лук репчатый,масло растительное,масло сливочное,соль йодир.)	150	20,00	5,88	4,85	39,42	233,94
377	Чай с апельсином с сахаром (чай черный,сахар,лимон св.)	205/15	10,65	0,16	0,03	10,22	44,00
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный(мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	15/15	4,00	2,86	0,39	18,75	89,95
	Итого:	**830**	**133,65**	**27,28**	**29,01**	**106,34**	**789,38**
	Всего:	**1380**	**229,11**	**47,77**	**50,24**	**196,80**	**1 339,22**

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством _____ / _____ **Ответственный по питанию** Орлова / Орлова 19.10.26г

Ф.И.О. подпись дата получения Ф.И.О. подпись дата получения

Утверждаю

ООО "Школьное питание г.о.Жигулевск»

Директор_____ С.А.Кустова

Согласовано

ГБОУ С (О)ОШ № 3

Директор Орлова

Меню на " 06 " ноября 2026 г.

для обучающихся 1 -4 классов (детям мобилизованных лиц)

первая смена

5 день цикл. меню

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
	Завтрак						
47	Салат из квашеной капусты	60	12,00	0,04	3	3,24	40,17
258	Мясо духовое(свинина мякоть,раст.масло,картофель,морковь,лук репчатый, мука пшеничная,соль йодир.)	40/165	54,00	15,88	16,18	41,93	292,86
349	Компот из смеси сухофруктов (смесь сухофруктов, сахар, лимон. кислота)	200	12,00	0,20	0,26	19,98	79,87
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный(мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	20/15	4,06	2,60	0,42	15,69	77,10
	Итого:	**550**	**82,06**	**18,72**	**19,35**	**80,84**	**498,42**
	Обед						
67	Винегрет овощной (с зеленым горошком)	60	12,00	0,87	6,10	5,59	54,36
99	Суп овощной на бульоне из мяса цыплят,со сметаной (б/к капуста, картофель, лук репч.,морковь, мясо кур.,зел.горошек конс., раст. масло, сметана 15%, йодир. соль, лавр.лист)	200/15/5	30,00	5,90	8,58	14,10	174,67
295/540	Котлеты рубленые с соусом красным основным (грудка куриная, пшен. хлеб, молоко 2,5 %, пшен. сухари, раст.масло, йодир.соль,томат.пюре,мука пшеничная)	50/40	38,00	8,57	5,46	12,45	151,80
171	Каша перловая рассыпчатая с овощами (крупа перловая,морковь,лук репчатый,масло растительное,масло сливочное,соль йодир.)	150	20,00	5,88	4,85	39,42	233,94
377	Чай с апельсином с сахаром (чай черный,сахар,лимон св.)	200/15	10,00	0,16	0,03	10,22	44,00
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный(мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	25/15	4,91	2,86	0,39	18,75	89,95
	Итого:	**775**	**114,91**	**24,24**	**25,41**	**100,53**	**748,72**
	Всего:	**1325**	**196,97**	**42,96**	**44,76**	**181,37**	**1 247,14**

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством Пенкина О.Н. / Пенкина / _____ **Ответственный по питанию** Орлова Н.С. / Орлова / 19.10.26г

Ф.И.О. подпись дата получения Ф.И.О. подпись дата получения

Утверждаю

ООО"Школьное питание г.о.Жигулевск»

Директор _____ С.А.Кустова

Согласовано

ГБОУ С (О)ОШ № 3

Директор Орлова

Меню на " 06 " ноября 2026 г.

для обучающихся 1 — 4 классов с ОВЗ

вторая смена

5 день цикл. меню

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
	Обед						
67	Винегрет овощной (с зеленым горошком)	60	12,00	0,87	6,10	5,59	54,36
99	Суп овощной на бульоне из мяса цыплят,со сметаной (б/к капуста, картофель, лук реч.,морковь, мясо кур.,зел.горошек конс., раст. масло, сметана 15%, йодир. соль, лавр.лист)	200/15/5/1	30,00	5,90	8,58	14,10	174,67
295/540	Котлеты рубленые с соусом красным основным (грудка куриная, пшен. хлеб, молоко 2,5 %, пшен. сухари, раст.масло, йодир.соль,томат.пюре,мука пшеничная)	50/40	38,00	8,57	6,46	12,45	151,80
171	Каша перловая рассыпчатая с овощами (крупа перловая,морковь,лук репчатый,масло растительное,масло сливочное,соль йодир.)	150	20,00	5,88	4,85	39,42	233,94
377	Чай с апельсином с сахаром (чай черный,сахар,лимон св.)	200/15	10,00	0,16	0,03	10,22	44,00
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный(мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	25/15	4,91	2,86	0,39	18,75	89,95
	Итого:	**775**	**114,91**	**24,24**	**26,41**	**100,53**	**748,72**
	Всего:	**775**	**114,91**	**24,24**	**26,41**	**100,53**	**748,72**
	Полдник						
ПР	Блинчики французские с фруктовым повидлом(мука пшен,сахар,мол.сыворотка,растит.масло,меланж,фруктовое повидло,соль йодир, лим.кислота,разрыхлитель)	90/40	30,00	7,00	3,90	43,50	240,00
376	Чай с сахаром (чай черный, сахар)	205/15	9,46	0,13	0,02	15,20	62,00
	Итого:	**300**	**39,46**	**3,95**	**1,93**	**47,20**	**221,70**

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством _____ **Ответственный по питанию** Орлова Н.С. Орлова 19.10.26г

Ф.И.О. подпись дата получения

Ф.И.О. подпись дата получения

Утверждаю

ООО "Школьное питание г.о.Жигулевск»

Директор_____С.А.Кустова

Согласовано

ГБОУ С (О)ОШ № 3

Директор Орлова

Меню на " 06 " ноября 2026 г.

для обучающихся 5 — 11 классов с ОВЗ

первая смена

5 день цикл. меню

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
	Завтрак						
47	Салат из квашеной капусты	60	12,00	0,04	3	3,24	40,17
258	Мясо духовое(свинина мякоть,раст.масло,картофель,морковь,лук репчатый, мука пшеничная,соль йодир.)	50/185	65,00	16,20	17,31	42,60	308,90
349	Компот из смеси сухофруктов (смесь сухофруктов, сахар, лимон. кислота)	200	12,00	0,20	0,26	19,98	79,87
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный(мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/25	6,46	4,05	0,66	24,64	120,9
	Итого:	**550**	**95,46**	**20,49**	**21,23**	**90,46**	**549,84**
	Обед						
67	Винегрет овощной (с зеленым горошком)	60	12,00	0,87	6,10	5,59	54,36
99	Суп овощной на бульоне из мяса цыплят,со сметаной (б/к капуста, картофель, лук репч.,морковь, мясо кур.,зел.горошек конс., раст. масло, сметана 15%, йодир. соль, лавр.лист)	250/15/5	40,00	8,44	10,42	19,81	186,32
295/540	Котлеты рубленые с соусом красным основным (грудка куриная, пшен. хлеб, молоко 2,5 %, пшен. сухари, раст.масло, йодир.соль,томат.пюре,мука пшеничная)	50/45	47,00	9,07	7,22	12,55	180,81
171	Каша перловая рассыпчатая с овощами (крупа перловая,морковь,лук репчатый,масло растительное,масло сливочное,соль йодир.)	150	20,00	5,88	4,85	39,42	233,94
377	Чай с апельсином с сахаром (чай черный,сахар,лимон св.)	205/15	10,65	0,16	0,03	10,22	44,00
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный(мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	15/15	4,00	2,86	0,39	18,75	89,95
	Итого:	**830**	**133,65**	**27,28**	**29,01**	**106,34**	**789,38**
	Всего:	**1380**	**229,11**	**47,77**	**50,24**	**196,80**	**1 339,22**

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством _____ **Ответственный по питанию** Орлова Орлова 19.10.26г

Ф.И.О. подпись дата получения

Ф.И.О. подпись дата получения