



ООО «Школьное питание г.о.Жигулевск»

Директор С.А.Кустова

6 день цикл. меню



ГБОУ С (О)ОШ № 3

Директор

Меню на "16 " февраля 2026 г
для обучающихся 1 — 4 классов

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
Завтрак							
55	Салат из свеклы отварной с солеными огурцами и зел.горошком	60	12,00	0,86	3,66	4,01	50,87
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)	65/25	36,00	8,68	8,27	14,64	111,81
309	Макаронные изделия отварные (макароны из пшен.муки, слив.масло 72%, йодир.соль)	150	20,00	5,80	7,01	36,05	192,46
377	Чай с апельсином 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, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	20/15	4,06	2,60	0,42	15,69	77,10
	Итого:	550	82,06	18,10	19,39	80,61	495,23
Обед							
49	Салат Витаминный 2 вариант (без болг.перца))	60	12,00	0,98	3,66	10,84	58,59
102	Суп картофельный с бобовыми (горох) на бульоне из мяса цыплят, зеленью (св. картофель, горох лущеный, морковь, 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	58,00	11,85	13,01	38,16	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 (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	25/15	4,91	2,86	0,39	18,75	89,95
	Итого:	741	114,91	24,67	25,04	100,50	786,07
	Всего:	1291	196,97	42,77	44,43	181,11	1281,30

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

Триф-Алексеева О.И.



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

6 день цикл. меню

Меню на "16" февраля 2026 г
 для обучающихся 5 — 11 классов

ГБОУ С (О)ОШ № 3

Директор



№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
	Завтрак						
55	Салат из свеклы отварной с солеными огурцами и зел.горошком	60	12,00	0,86	3,66	4,01	50,87
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	47,00	10,05	8,71	15,10	111,95
309	Макаронные изделия отварные (макарони из пшен.муки, слив.масло 72%, йодир.соль)	150	20,00	5,80	8,01	37,05	216,72
377	Чай с апельсином 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, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/25	6,46	4,05	0,66	24,64	120,9
	Итого:	575	95,46	20,92	21,07	91,02	563,43
	Обед						
49	Салат Витаминный 2 вариант (без болг.перца))	70	15,65	0,98	3,66	10,84	58,59
102	Суп картофельный с бобовыми (горох) на бульоне из мяса цыплят, зеленью (св. картофель, горох лущеный, морковь, лук репч., раст. масло, мясо цыплят, укроп зелень, йодир. соль)	250/15/1	40,00	9,43	9,06	20,39	236,51
265	Плов из ЦЫПЛЯТ (мясо цыплят, крупа рис., лук репч.морковь, томат., раст. масло, йодир. Соль)	40/190	62,00	12,04	14,13	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, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/20	6,00	3,75	0,61	22,42	114
	Итого:	831	133,65	26,36	27,49	109,04	853,37
	Всего:	1406	229,11	47,28	48,56	200,06	1416,80

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством Шеф, Меншиков, И



ООО «Школьное питание г.о.Жигулевск»

Директор С.А.Кустова

6 день цикл. меню

Меню на "16" февраля 2026 г
для обучающихся 1 — 4 классов с ОВЗ

ГБОУ С (О)ОШ № 3

Директор



№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
	Завтрак						
55	Салат из свеклы отварной с солеными огурцами и зел.горошком	60	12,00	0,86	3,66	4,01	50,87
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)	65/25	36,00	8,68	8,27	14,64	111,81
309	Макаронные изделия отварные (макароны из пшен.муки, слив.масло 72%, йодир.соль)	150	20,00	5,80	7,01	36,05	192,46
377	Чай с апельсином 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, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	20/15	4,06	2,60	0,42	15,69	77,10
	Итого:	550	82,06	18,10	19,39	80,61	495,23
	Обед						
49	Салат Витаминный 2 вариант (без болг.перца))	60	12,00	0,98	3,66	10,84	58,59
102	Суп картофельный с бобовыми (горох) на бульоне из мяса цыплят, зеленью (св. картофель, горох лущеный, морковь, 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	58,00	11,85	13,01	38,16	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 (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	25/15	4,91	2,86	0,39	18,75	89,95
	Итого:	741	114,91	24,67	25,04	100,50	786,07
	Всего:	1291	196,97	42,77	44,43	181,11	1281,30

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

Сур, *Ленинград*



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

ГБОУ С (О)ОШ № 3



Директор

Меню на "16" февраля 2026 г
 для обучающихся 1-4 классов (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						
49	Салат Витаминный 2 вариант (без болг.перца)	60	12,00	0,98	3,66	10,84	58,59
102	Суп картофельный с бобовыми (горох) на бульоне из мяса цыплят, зеленью (св. картофель, горох лущеный, морковь, 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	58,00	11,85	13,01	38,16	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 (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	25/15	4,91	2,86	0,39	18,75	89,95
	Итого:	741	114,91	24,67	25,04	100,50	786,07
	Всего:	741	114,91	24,67	25,04	100,50	786,07
	Полдник						
ПР	Плюшка "Московская"	100	25,00	4,35	3,17	28,89	161,79
389	Сок фруктовый	205	14,46	0,20	0,26	22,60	92,00
	Итого:	305	39,46	4,55	3,43	51,49	253,79

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством Алф Ленина 0, 21



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



ГБОУ С (О)ОШ № 3

Директор

Меню на "16 " февраля 2026 г
 для обучающихся 5 — 11 классов (детям из многодетных семей)

6 день цикл. Меню

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
	Завтрак						
55	Салат из свеклы отварной с солеными огурцами и зел.горошком	60	12,00	0,86	3,66	4,01	50,87
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	47,00	10,05	8,71	15,10	111,95
309	Макаронные изделия отварные (макароны из пшен.муки, слив.масло 72%, йодир.соль)	150	20,00	5,80	8,01	37,05	216,72
377	Чай с апельсином 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, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/25	6,46	4,05	0,66	24,64	120,9
	Итого:	575	95,46	20,92	21,07	91,02	563,43
	Обед						
49	Салат Витаминный 2 вариант (без болг.перца)	70	15,65	0,98	3,66	10,84	58,59
102	Суп картофельный с бобовыми (горох) на бульоне из мяса цыплят, зеленью (св. картофель, горох лущеный, морковь, лук репч., раст. масло, мясо цыплят, укроп зелень, йодир. соль)	250/15/1	40,00	9,43	9,06	20,39	236,51
291	Плов из цыплят (мясо цыплят, крупа рис., лук репч.морковь, томат., раст. масло, йодир. Соль)	40/190	62,00	12,04	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, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/20	6,00	3,75	0,61	22,42	114,00
	Итого:	831	133,65	26,36	24,49	109,04	853,37
	Всего:	1406	229,11	47,28	45,56	200,06	1416,8

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством Алексей Семенин 0,14



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

ГБОУ С (О)ОН № 3



Согласовано:
Директор

Меню на "16" февраля 2026 г
для обучающихся 5 — 11 классов (детям мобилизованных лиц)
первая смена

6 день цикл. меню

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
Завтрак							
55	Салат из свеклы отварной с солеными огурцами и зел.горошком	60	12,00	0,86	3,66	4,01	50,87
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	47,00	10,05	8,71	15,10	111,95
309	Макаронные изделия отварные (макарони из пшен.муки, слив.масло 72%, йодир.соль)	150	20,00	5,80	8,01	37,05	216,72
377	Чай с апельсином 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, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/25	6,46	4,05	0,66	24,64	120,9
	Итого:	575	95,46	20,92	21,07	91,02	563,43
Обед							
49	Салат Витаминный 2 вариант (без болг.перца))	70	15,65	0,98	3,66	10,84	58,59
102	Суп картофельный с бобовыми (горох) на бульоне из мяса цыплят, зеленью (св. картофель, горох лущеный, морковь, лук репч., раст. масло, мясо цыплят, укроп зелень, йодир. соль)	250/15/1	40,00	9,4	9,06	20,39	236,51
291	Плов из ЦЫПЛЯТ (мясо цыплят, крупа рис., лук репч.морковь, томат., раст. масло, йодир. Соль)	40/190	62,00	12,04	14,13	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, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/20	6,00	3,75	0,61	22,42	114
	Итого:	831	133,65	26,36	27,49	109,04	853,37
	Всего:	1406	229,11	47,28	48,56	200,06	1 416,80

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

Алексей Николаевич



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

Меню на "16 " февраля 2026 г
для обучающихся 1 -4 классов (детям мобилизованных лиц)
первая смена

ГБОУ С (О)ОШ № 3

Директор



№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
Завтрак							
55	Салат из свеклы отварной с солеными огурцами и зел.горошком	60	12,00	0,86	3,66	4,01	50,87
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)	65/25	36,00	8,68	8,27	14,64	111,81
309	Макаронные изделия отварные (макароны из пшен.муки, слив.масло 72%, йодир.соль)	150	20,00	5,80	7,01	36,05	192,46
377	Чай с апельсином 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, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	20/15	4,06	2,60	0,42	15,69	77,10
	Итого:	550	82,06	18,10	19,39	80,61	495,23
Обед							
49	Салат Витаминный 2 вариант (без болг.перца)	60	12,00	0,98	3,66	10,84	58,59
102	Суп картофельный с бобовыми (горох) на бульоне из мяса цыплят, зеленью (св. картофель, горох лущеный, морковь, 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	58,00	11,85	13,01	38,16	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 (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	25/15	4,91	2,86	0,39	18,75	89,95
	Итого:	741	114,91	24,67	25,04	100,50	786,07
	Всего:	1291	196,97	42,77	44,43	181,11	1281,30

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

Ареф | *Пенкина О.В.*



Утверждаю:

ООО «Школьное питание г.о.Жигулевск»

Директор С.А.Кустова

6 день цикл. меню



Согласовано:

ГБОУ С (О)ОШ № 3

Директор

Меню на "16" февраля 2026 г
для обучающихся 5 — 11 классов с ОВЗ
первая смена

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
Завтрак							
55	Салат из свеклы отварной с солеными огурцами и зел.горошком	60	12,00	0,86	3,66	4,01	50,87
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	47,00	10,05	8,71	15,10	111,95
309	Макаронные изделия отварные (макароны из пшен.муки, слив.масло 72%, йодир.соль)	150	20,00	5,80	8,01	37,05	216,72
377	Чай с апельсином 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, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/25	6,46	4,05	0,66	24,64	120,9
	Итого:	575	95,46	20,92	21,07	91,02	563,43
Обед							
49	Салат Витаминный 2 вариант (без болг.перца))	70	15,65	0,98	3,66	10,84	58,59
102	Суп картофельный с бобовыми (горох) на бульоне из мяса цыплят, зеленью (св. картофель, горох лущеный, морковь, лук репч., раст. масло, мясо цыплят, укроп зелень, йодир. соль)	250/15/1	40,00	9,4	9,06	20,39	236,51
291	Плов из ЦЫПЛЯТ (мясо цыплят, крупа рис., лук репч.морковь, томат., раст. масло, йодир. Соль)	40/190	62,00	12,04	14,13	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, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/20	6,00	3,75	0,61	22,42	114,00
	Итого:	831	133,65	26,36	27,49	109,04	853,37
	Всего:	1406	229,11	47,28	48,56	200,06	1 416,80

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

Андрей Терешин