



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



Согласовано  
ГБОУ С(О)ОШ № 3  
Директор Орлова

Меню на "23 " сентября 2026 г  
для обучающихся 1 — 4 классов

8 день цикл. меню(аллергия на рыбу)

| № рецептуры | Наименование блюда                                                                                                                      | Выход, г    | Цена, руб     | Химический состав |              |               |                |
|-------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|---------------|-------------------|--------------|---------------|----------------|
|             |                                                                                                                                         |             |               | белки, г          | жиры, г      | углеводы, г   | ЭЦ, ккал       |
|             | <b>Завтрак</b>                                                                                                                          |             |               |                   |              |               |                |
| 71          | Овощи свежие порционно (помидор)                                                                                                        | 60          | 12,00         | 0,66              | 0,12         | 2,28          | 14,40          |
| 298/331     | Куриные шарики с сыром с соусом сметанным с томатом (мясо цыплят, сметана 155, томат пюре, сыр, соль йод., масло раст., хлеб пшеничный) | 50/40       | 36,00         | 9,18              | 14,13        | 5,33          | 176,03         |
| 309         | Макаронные изделия отварные (макароны из пшен. муки, слив. масло 72%, йодир. соль)                                                      | 150         | 20,00         | 5,80              | 5,01         | 37,15         | 216,72         |
| 349         | Компот из смеси сухофруктов (смесь сухофруктов, сахар, лимон. кислота)                                                                  | 200         | 10,00         | 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          |
|             | <b>Итого:</b>                                                                                                                           | <b>535</b>  | <b>82,06</b>  | <b>18,44</b>      | <b>19,94</b> | <b>80,43</b>  | <b>564,12</b>  |
|             | <b>Обед</b>                                                                                                                             |             |               |                   |              |               |                |
| 110/392     | Суп картофельный с пельменями (картофель, морковь, лук репч., крупа, раст. масло, укроп зелень, пельмени)                               | 200/1       | 30,00         | 6,78              | 5,10         | 16,34         | 211,60         |
| 291         | Плов из цыплят (мясо цыплят, крупа рис., лук репч. морковь, томат., раст. масло, йодир. Соль)                                           | 40/170      | 58,00         | 11,85             | 16,72        | 21,53         | 344,21         |
| ПР          | Булочка Ромашка (мука пшенич., раст. масло, дрожжи, соль йодированная, сахар)                                                           | 40          | 10,00         | 3,36              | 3,48         | 23,68         | 139,24         |
| 388         | Напиток из плодов шиповника (плоды шиповника суш., сахар, лимон. кисл.)                                                                 | 210         | 12,00         | 0,00              | 0,00         | 19,96         | 79,80          |
| ПР          | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)                                                          | 25/15       | 4,91          | 2,86              | 0,39         | 18,75         | 89,95          |
|             | <b>Итого:</b>                                                                                                                           | <b>701</b>  | <b>114,91</b> | <b>24,85</b>      | <b>25,69</b> | <b>100,26</b> | <b>864,80</b>  |
|             | <b>Всего:</b>                                                                                                                           | <b>1236</b> | <b>196,97</b> | <b>43,29</b>      | <b>45,63</b> | <b>180,69</b> | <b>1428,92</b> |

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством Орлова Н.С.

Ответственный по питанию Орлова Н.С. Орлова / 14.09.2026



ООО «Школьное питание г.о. Жигулевск»

Директор С.А. Кустова

8 день цикл. меню(целиакия)



ГБОУ С(О)ОШ № 3

Директор

Меню на "23 " сентября 2026 г  
для обучающихся 1 — 4 классов

| № рецептуры | Наименование блюда                                                                                                                        | Выход, г    | Цена, руб     | Химический состав |              |               |                |
|-------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|---------------|-------------------|--------------|---------------|----------------|
|             |                                                                                                                                           |             |               | белки, г          | жиры, г      | углеводы, г   | ЭЦ, ккал       |
|             | <b>Завтрак</b>                                                                                                                            |             |               |                   |              |               |                |
| 71          | Овощи свежие порционно (помидор)                                                                                                          | 75          | 16,06         | 0,66              | 0,12         | 2,28          | 14,40          |
| 298/331     | Куриные шарики с сыром с соусом сметанным с томатом<br>(мясо цыплят, сметана 155, томат пюре, сыр, соль йод., масло раст.)                | 50/40       | 36,00         | 9,18              | 14,13        | 5,33          | 176,03         |
| 302         | Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, соль<br>йодированная, масло сливочное )                                                      | 150         | 20,00         | 3,61              | 6,61         | 21,40         | 227,18         |
| 376         | Чай с сахаром ( чай черный, сахар)                                                                                                        | 200/15      | 10,00         | 0,10              | 0,03         | 10,01         | 40,66          |
|             | <b>Итого:</b>                                                                                                                             | <b>530</b>  | <b>82,06</b>  | <b>13,55</b>      | <b>20,89</b> | <b>39,02</b>  | <b>458,27</b>  |
|             | <b>Обед</b>                                                                                                                               |             |               |                   |              |               |                |
| ПР          | Икра кабачковая                                                                                                                           | 70          | 13,00         | 0,00              | 4,20         | 4,20          | 54,00          |
| 108         | Суп картофельный на бульоне из мяса цыплят, зеленью<br>(картофель, морковь, лук репч., мясо кур., раст. масло, укроп зелень, йодир. Соль) | 200/15/1    | 30,00         | 7,36              | 5,59         | 23,61         | 200,98         |
| 291         | Плов из цыплят (мясо цыплят, крупа рис., лук репч. морковь, томат., раст. масло, йодир.<br>Соль)                                          | 35/170      | 58,00         | 11,85             | 16,72        | 21,53         | 344,21         |
| 388         | Напиток из плодов шиповника (плоды шиповника суш., сахар, лимон.<br>кисл.)                                                                | 220         | 13,91         | 0,00              | 0,00         | 19,96         | 79,80          |
|             | <b>Итого:</b>                                                                                                                             | <b>711</b>  | <b>114,91</b> | <b>19,21</b>      | <b>26,51</b> | <b>69,30</b>  | <b>678,99</b>  |
|             | <b>Всего:</b>                                                                                                                             | <b>1241</b> | <b>196,97</b> | <b>32,76</b>      | <b>47,40</b> | <b>108,32</b> | <b>1137,26</b> |

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством Кустова С.А.

Ответственный по питанию Кустова С.А.

Ф.И.О. подпись дата получения

Ф.И.О. подпись дата получения

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

Меню на "23 " сентября 2026 г  
 для обучающихся 1 — 4 классов

ГБОУ С (О)ОШ № 3

Согласовано  
 Директор Орлова

8 день цикл. меню(аллергия на куриный белок)

| № рецептуры | Наименование блюда                                                                                                                        | Выход, г    | Цена, руб     | Химический состав |              |               |                |
|-------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|---------------|-------------------|--------------|---------------|----------------|
|             |                                                                                                                                           |             |               | белки, г          | жиры, г      | углеводы, г   | ЭЦ, ккал       |
|             | <b>Завтрак</b>                                                                                                                            |             |               |                   |              |               |                |
| 71          | Овощи свежие порционно (помидор)                                                                                                          | 60          | 12,00         | 0,66              | 0,12         | 2,28          | 14,40          |
| 298/331     | Мясные шарики с сыром с соусом сметанным с томатом (мякоть свинины, сметана 155, томат пюре, сыр, соль йод., масло раст., хлеб пшеничный) | 50/40       | 36,00         | 9,18              | 14,13        | 5,33          | 176,03         |
| 309         | Макаронные изделия отварные (макароны из пшени. муки, слив. масло 72%, йодир. соль)                                                       | 150         | 20,00         | 5,80              | 5,01         | 37,15         | 216,72         |
| 349         | Компот из смеси сухофруктов (смесь сухофруктов, сахар, лимон. кислота)                                                                    | 200         | 10,00         | 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          |
|             | <b>Итого:</b>                                                                                                                             | <b>535</b>  | <b>82,06</b>  | <b>18,44</b>      | <b>19,94</b> | <b>80,43</b>  | <b>564,12</b>  |
|             | <b>Обед</b>                                                                                                                               |             |               |                   |              |               |                |
| 110/392     | Суп картофельный с пельменями (картофель, морковь, лук репч., крупа, раст. масло, укроп зелень, пельмени)                                 | 200/1       | 30,00         | 6,78              | 5,10         | 16,34         | 211,60         |
| 265         | Плов из свинины (свинина мякоть, крупа рис., лук репч. морковь, томат., раст. масло, йодир. соль)                                         | 40/170      | 58,00         | 14,58             | 15,09        | 37,49         | 364,75         |
| ПР          | Булочка Ромашка (мука пшенич., раст. масло, дрожжи, соль йодированная, сахар)                                                             | 40          | 10,00         | 3,36              | 3,48         | 23,68         | 139,24         |
| 388         | Напиток из плодов шиповника (плоды шиповника суш., сахар, лимон. кисл.)                                                                   | 210         | 12,00         | 0,00              | 0,00         | 19,96         | 79,80          |
| ПР          | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)                                                            | 25/15       | 4,91          | 2,86              | 0,39         | 18,75         | 89,95          |
|             | <b>Итого:</b>                                                                                                                             | <b>701</b>  | <b>114,91</b> | <b>27,58</b>      | <b>24,06</b> | <b>116,22</b> | <b>885,34</b>  |
|             | <b>Всего:</b>                                                                                                                             | <b>1236</b> | <b>196,97</b> | <b>46,02</b>      | <b>44,00</b> | <b>196,65</b> | <b>1449,46</b> |

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством Реннман С.А.

Ответственный по питанию Орлова И.С. Орлова И.С. 14.09.2026

Ф.И.О. подпись дата получения

Ф.И.О. подпись дата получения

Утверждаю  
ООО «Школьное питание г.о.Жигулевск»

Директор С.А.Кустова

8 день цикл. меню (молочный белок)

Меню на "23 " сентября 2026 г  
для обучающихся 1 — 4 классов

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>                                                                                          |             |               |                   |              |               |                |
| 71          | Овощи свежие порционно (помидор)                                                                        | 60          | 12,00         | 0,66              | 0,12         | 2,28          | 14,40          |
| 279/540     | Тефтели из цыплят с соусом красным основным                                                             | 60/30       | 36,00         | 8,57              | 7,86         | 11,25         | 189,44         |
| 309         | Макаронные изделия отварные с растит.маслом (макароны из пшен.муки,масло растит., йодир.соль)           | 150         | 20,00         | 5,80              | 5,01         | 37,15         | 216,72         |
| 349         | Компот из смеси сухофруктов ( смесь сухофруктов, сахар, лимон. кислоты)                                 | 200         | 10,00         | 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          |
|             | <b>Итого:</b>                                                                                           | <b>535</b>  | <b>82,06</b>  | <b>17,83</b>      | <b>13,67</b> | <b>86,35</b>  | <b>577,53</b>  |
|             | <b>Обед</b>                                                                                             |             |               |                   |              |               |                |
| 110/392     | Суп картофельный с пельменями(картофель, морковь, лук репч., крупа, раст. масло, укроп зелень,пельмени) | 200/1       | 30,00         | 6,78              | 5,10         | 16,34         | 211,60         |
| 291         | Плов из цыплят (мясо цыплят, крупа рис., лук репч.морковь, томат., раст. масло, йодир. Соль)            | 40/170      | 58,00         | 11,85             | 16,72        | 21,53         | 344,21         |
| ПР          | Булочка Ромашка(мука пшенич., раст.масло, дрожжи, соль йодированная, сахар)                             | 40          | 10,00         | 3,36              | 3,48         | 23,68         | 139,24         |
| 388         | Напиток из плодов шиповника (плоды шиповника суш., сахар, лимон. кисл.)                                 | 210         | 12,00         | 0,00              | 0,00         | 19,96         | 79,80          |
| ПР          | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)                          | 25/15       | 4,91          | 2,86              | 0,39         | 18,75         | 89,95          |
|             | <b>Итого:</b>                                                                                           | <b>701</b>  | <b>114,91</b> | <b>24,85</b>      | <b>25,69</b> | <b>100,26</b> | <b>864,80</b>  |
|             | <b>Всего:</b>                                                                                           | <b>1236</b> | <b>196,97</b> | <b>42,68</b>      | <b>39,36</b> | <b>186,61</b> | <b>1442,33</b> |

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством Михаилова Т.В.

Ответственный по питанию Орлова Н.С. | Орлова | 14.09.26

Ф.И.О. подпись дата получения

Ф.И.О. подпись дата получения