

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

Согласовано  
 ГБОУ СОШ № 13  
 Директор

Меню на " 28 " ноября 2025 г.  
 Возрастная категория с 7 до 11 лет

10 день цикла, меню (молочный белок)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭН, ккал
	<b>Завтрак</b>						
67	Винегрет овощной с зеленым горошком	60	12,00	0,87	6,1	5,59	54,36
258	Мясо духовое (свинина мякоть, раст. масло, картофель, морковь, лук репчатый, мука пшеничная, соль йодир.)	40/160	53,00	14,75	15,95	48,06	276,18
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.)	20/15	3,68	2,60	0,42	15,69	77,10
	<b>Итого:</b>	<b>510</b>	<b>78,68</b>	<b>19,40</b>	<b>21,86</b>	<b>80,33</b>	<b>538,02</b>
	<b>Обед</b>						
110/392	Суп картофельный с пельменями (картофель, морковь, лук репч., крупа, раст. масло, укроп зелень, пельмени)	200/1	30,00	5,78	4,10	17,64	144,60
298/540	Куриные шарики с сыром с соусом красным основным (мясо цыплят, томат пюре, сыр, соль йод., масло раст., хлеб пшеничный)	40/50	46,00	8,08	11,18	19,33	196,03
199	Пюре гороховое с растительным маслом	155	20,00	8,90	7,91	34,40	227,18
377	Чай фруктовый с сахаром (черноплодная рябина) (чай черный, сахар, черноплодн. рябина)	200/15	10,00	0,10	0,03	15,00	60,61
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>701</b>	<b>110,17</b>	<b>25,72</b>	<b>23,61</b>	<b>105,12</b>	<b>718,37</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1211</b>	<b>188,85</b>	<b>45,12</b>	<b>45,47</b>	<b>185,45</b>	<b>1 256,39</b>

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

*Мазу*, *Мазаква Н.Н.*



ГБОУ С (О)ОШ №

Директор

### Возрастная категория с 7 до 11 лет

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭН, ккал
	<b>Завтрак</b>						
67	Винегрет овощной с зеленым горошком	60	12,00	0,87	6,1	5,59	54,36
258	Мясо духовое (свинина мякоть, раст. масло, картофель, морковь, лук репчатый, мука пшеничная, соль йодир.)	40/160	53,00	15,20	12,95	48,06	276,18
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.)	20/15	3,68	2,60	0,42	15,69	77,10
	<b>Итого:</b>	<b>510</b>	<b>78,68</b>	<b>18,83</b>	<b>19,50</b>	<b>79,56</b>	<b>470,63</b>
	<b>Обед</b>						
110/392	Суп картофельный с пельменями (картофель, морковь, лук репч., крупа, раст. масло, укроп зелень, пельмени)	200/1	30,00	5,78	4,10	17,64	144,60
298/331	Куриные шарики с сыром с соусом сметанным с томатом (мясо цыплят, сметана 155, томат пюре, сыр, соль йод., масло раст., хлеб пшеничный)	40/50	46,00	8,08	11,18	14,33	196,03
199	Пюре гороховое со сливочным маслом	155	20,00	8,90	7,91	34,40	227,18
377	Чай фруктовый с сахаром (черноплодная рябина) (чай черный, сахар, черноплодн. рябина)	200/15	10,00	0,10	0,03	15,00	60,61
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>701</b>	<b>110,17</b>	<b>25,72</b>	<b>23,61</b>	<b>100,12</b>	<b>718,37</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1211</b>	<b>188,85</b>	<b>44,55</b>	<b>43,11</b>	<b>179,68</b>	<b>1189,00</b>

**Продукты не содержат ГМО**

### Заведующий производством

№ 1 - Чугаевский,