

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

Согласовано
 ГБОУ С (О)ОШ № 14
 Директор

Меню на "12 " марта 2026 г
 для обучающихся 1 — 4 классов

4 день цикл. меню(аллергия на рыбу)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
	Завтрак						
305	Каша «Янтарная» с яблоками (пшено,молоко,яблоки свежие, масло сливочное 72%, сахар,соль йодир.)	185/10	37,06	10,73	11,22	35,78	256,36
ПР/ПР	Блинчики французские с фруктовым повидлом(мука пшен,сахар,мол.сыворотка,растит.масло,меланж,фруктовое повидло,соль йодир.,лим.кислота,разрыхлитель)	70/15	35,00	7,90	7,81	29,60	161,12
377	Чай фруктовый с сахаром (черноплодная рябина)(чай черный, сахар, черноплодн.рябина)	205/15	10,00	0,10	0,03	15,00	60,61
	Итого:	500	82,06	18,73	19,06	80,38	478,09
	Обед						
50	Салат из свеклы отварной с сыром и чесноком	60	12,00	2,84	5,70	4,37	80,59
113/114	Суп-лапша домашняя на бульоне из мяса цыплят, зеленью (лапша домашняя - мука пшенич., яйца кур., йодир. соль, морковь, лук репч., масло растит., мясо кур., укроп зелень, йод. соль)	200/15/1	30,00	8,24	4,95	27,83	233,95
295/540	Котлеты рубленые из цыплят с соусом красным основным (мясо кур., пшен. хлеб, молоко 2,5 %, пшен. сухари, раст.масло, йодир.соль,томат.пюре,мука пшеничная)	50/40	38,00	8,57	9,97	9,95	176,79
305/136	Рис с овощами (крупа рисовая, морковь, лук репч., раст. масло, слив. масло, йодир. соль)	150	20,00	3,55	6,68	29,82	155,18
376	Чай с сахаром (чай черный, сахар)	200/15	10,00	0,10	0,03	10,01	40,66
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	25/15	4,91	2,86	0,39	18,75	89,95
	Итого:	771	114,91	26,16	27,72	100,73	777,12
	Всего:	1271	196,97	43,09	46,78	181,11	1255,21

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством _____ / _____ /



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

Меню на "12 " марта 2026 г
для обучающихся 1 — 4 классов

ГБОУ С (О)Ш № 14



4 день цикл.меню (молочный белок)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
	Завтрак						
305	Каша «Янтарная» с яблоками (пшено, яблоки свежие, масло растительное, сахар, соль йодир.)	185/10	37,06	10,73	11,22	35,78	256,36
ПР/ПР	Блинчики французские с фруктовым повидлом (мука пшен, сахар, мол. сыворотка, растит. масло, меланж, фруктовое повидло, соль йодир., лим. кислота, разрыхлитель)	70/15	35,00	7,90	7,81	29,60	161,12
377	Чай фруктовый с сахаром (черноплодная рябина) (чай черный, сахар, черноплодн. рябина)	205/15	10,00	0,10	0,03	15,00	60,61
	Итого:	500	82,06	18,73	19,06	80,38	478,09
	Обед						
50	Салат из свеклы отварной с сыром и чесноком	60	12,00	2,84	5,70	4,37	80,59
113/114	Суп-лапша домашняя на бульоне из мяса цыплят, зелению (лапша домашняя - мука пшенич., яйца кур., йодир. соль, морковь, лук репч., масло растит., мясо кур., укроп зелень, йод. соль)	200/15/1	30,00	8,24	4,95	27,8	233,95
295/540	Котлеты рубленые из цыплят с соусом красным основным (мясо кур., пшен. хлеб, пшен. сухари, раст. масло, йодир. соль, томат. пюре, мука пшеничная)	50/40	38,00	8,57	9,97	9,95	176,79
305/136	Рис с овощами (крупа рисовая, морковь, лук репч., растит. масло, йодир. Соль)	150	20,00	3,55	6,68	29,82	155,18
376	Чай с сахаром (чай черный, сахар)	200/15	10,00	0,10	0,03	10,01	40,66
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	25/15	4,91	2,86	0,39	18,75	89,95
	Итого:	771	114,91	26,16	27,72	100,73	777,12
	Всего:	1271	196,97	43,09	46,78	181,11	1255,21

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством _____ / _____ /