



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

ГБОУ С (О)ОШ №

Согласовано

Директор

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

6 день цикл: меню (молочный белок)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
<b>Завтрак</b>							
70	Овощи консервированные (огурец порционно)	60	12,00	0,48	0,06	1,02	7,80
ПР/540	Тефтели из индейки с соусом красным основным (мясо индейки, крупа рисовая, яйцо кур., соус - томат. поре, мука пшенич., йодир. соль)	65/25	36,00	6,68	7,27	14,04	111,81
309	Макаронные изделия отварные (макароны из пшен. муки, масло растительное, йодир. соль)	150	20,00	5,80	6,01	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
<b>Итого:</b>		<b>550</b>	<b>82,06</b>	<b>15,72</b>	<b>13,79</b>	<b>77,02</b>	<b>452,16</b>
<b>Обед</b>							
ПР	Икра кабачковая	60	12,00	0,00	4,20	4,20	54,00
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	8,95	25,53	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	40,16	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
<b>Итого:</b>		<b>741</b>	<b>114,91</b>	<b>23,69</b>	<b>26,58</b>	<b>98,86</b>	<b>786,07</b>
<b>Всего:</b>		<b>1291</b>	<b>196,97</b>	<b>39,41</b>	<b>40,37</b>	<b>175,88</b>	<b>1238,23</b>

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_