



10 день цикл. меню(аллергия на рыбу)

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

ГБОУ С (О)ОИ №



**Продукты не содержат ГМО**

### Заведующий производством



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

10 день цикл. меню(аллергия на рыбу)

Меню на "28 " ноября 2025г  
Возрастная категория с 12 лет и старше



| № рецептуры | Наименование блюда                                                                                                                | Выход, г    | Цена, руб     | Химический состав |              |               |                |
|-------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|---------------|-------------------|--------------|---------------|----------------|
|             |                                                                                                                                   |             |               | белки, г          | жиры, г      | углеводы, г   | ЭЦ, ккал       |
|             | <b>Завтрак</b>                                                                                                                    |             |               |                   |              |               |                |
| 67          | Винегрет овощной с зеленым горошком                                                                                               | 70          | 15,00         | 1,02              | 7,12         | 5,36          | 87,93          |
| 258         | Мясо духовое(свинина мякоть,раст.масло,картофель,морковь,лук репчатый, мука пшеничная,соль йодир.)                                | 50/170      | 70,00         | 17,72             | 13,70        | 51,10         | 278,18         |
| 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.)                                                    | 30/20       | 5,00          | 3,75              | 0,61         | 22,42         | 110,4          |
|             | <b>Итого:</b>                                                                                                                     | <b>555</b>  | <b>100,00</b> | <b>22,65</b>      | <b>21,46</b> | <b>89,10</b>  | <b>539,50</b>  |
|             | <b>Обед</b>                                                                                                                       |             |               |                   |              |               |                |
| 110/392     | Суп картофельный с пельменями(картофель, морковь, лук репч., крупа, раст. масло, укроп зелень,пельмени)                           | 250/1       | 40,00         | 7,23              | 5,12         | 22,3          | 180,75         |
| 298/331     | Куриные шарики с сыром с соусом сметанным с томатом (мясо цыплят,сметана 155,томат пюре,сыр,соль йод.,масло раст.,хлеб пшеничный) | 50/50       | 50,00         | 7,92              | 10,79        | 17,38         | 193,33         |
| 199         | Пюре гороховое со сливочным маслом                                                                                                | 165         | 20,00         | 8,90              | 7,91         | 34,40         | 227,18         |
| 377         | Чай фруктовый с сахаром (черноплодная рябина)(чай черный, сахар, черноплодн.рябина)                                               | 210/15      | 10,00         | 0,10              | 0,03         | 15,00         | 60,61          |
| ПР          | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный(мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)                                                     | 30/20       | 5,00          | 3,75              | 0,61         | 22,42         | 110,4          |
|             | <b>Итого:</b>                                                                                                                     | <b>791</b>  | <b>125,00</b> | <b>27,90</b>      | <b>24,46</b> | <b>111,50</b> | <b>772,27</b>  |
|             | <b>Всего:</b>                                                                                                                     | <b>1346</b> | <b>225,00</b> | <b>50,55</b>      | <b>45,92</b> | <b>200,60</b> | <b>1311,77</b> |

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством