

4 день цикла: меню

| № 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)<br>(огурец, лимон, кислота, йодид соли)  | 20          | 3,00          | 0,16              | 0,02         | 0,34          | 2,60           |
| 229            | Рыба, тушеная в томате с овощами<br>(филе минтая, морковь, лук репчатый, томат пюре, раст.масло)   | 40/50       | 30,00         | 8,46              | 5,48         | 4,88          | 103,44         |
| 312            | Картофельное пюре<br>(картофель, молоко 2,5%, слив. масло 72%, йодид соли)   | 150         | 22,00         | 3,28              | 5,60         | 22,06         | 152,24         |
| 376            | Чай с сахаром<br>(чай черный, сахар)   | 200         | 4,00          | 0,07              | 0,02         | 15,00         | 60,00          |
| ГР             | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный<br>(мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодид.)  | 20/20       | 3,20          | 2,70              | 0,42         | 19,54         | 92,74          |
| <b>Итого:</b>  |  | <b>500</b>  | <b>62,20</b>  | <b>14,67</b>      | <b>11,54</b> | <b>61,82</b>  | <b>411,02</b>  |
| <b>Обед</b>    |  |             |               |                   |              |               |                |
| 52             | Салат из свеклы отварной<br>(свекла, раст.масло, лимон, кислота, йодид соли)   | 60          | 5,00          | 0,71              | 3,04         | 4,18          | 46,92          |
| 103            | Суп картофельный с вермишелью на бульоне из мяса цыплят, зеленью<br>(картофель п/ф, макарон. изд., морк., лук репчатый, мясо кур, масло раст., укроп зелень, йодид соли) | 200/15/1    | 16,00         | 5,06              | 4,71         | 18,50         | 129,89         |
| 297/331        | Фрикадельки из цыплят с соусом сметанным с томатом<br>(мясо кур., хлеб пшен., молоко 2,5%, яйцо кур., раст.масло)  | 60/50       | 42,00         | 10,61             | 12,19        | 8,66          | 187,45         |
| 171            | Каша перловая рассыпчатая<br>(крупа перловая, соль, масло слив. 72%)   | 150         | 9,00          | 4,68              | 4,88         | 33,49         | 196,77         |
| 389            | Сок фруктовый (в ассортименте)   | 200         | 11,00         | 0,20              | 0,26         | 22,60         | 92,00          |
| ГР             | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный<br>(мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодид.)  | 30/20       | 4,10          | 3,49              | 0,52         | 24,37         | 116,12         |
| <b>Итого:</b>  |  | <b>786</b>  | <b>87,10</b>  | <b>24,75</b>      | <b>25,60</b> | <b>111,80</b> | <b>769,15</b>  |
| <b>Всего:</b>  |  | <b>1286</b> | <b>149,30</b> | <b>39,42</b>      | <b>37,14</b> | <b>173,62</b> | <b>1180,17</b> |

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

*М.И. Шамсугар*

Меню на " 08" сентября 2022г  
 Возрастная категория с 12 лет и старше

4 день цикл: меню

| № рецептуры    | Наименование блюда   | Выход, г    | Цена, руб     | Химический состав |              |               |                |
|----------------|--|-------------|---------------|-------------------|--------------|---------------|----------------|
|                |  |             |               | белки, г          | жиры, г      | углеводы, г   | ЭП, ккал       |
| <b>Завтрак</b> |  |             |               |                   |              |               |                |
| 70             | Овощи консервированные (огурец порционно) (огурец, лимон. кислота, йодид натрия)   | 40          | 6,00          | 0,32              | 0,04         | 0,68          | 5,20           |
| 229            | Рыба, тушеная в томате с овощами (филе минтая, морковь, лук репч., томат паста, раст. масло)   | 50/50       | 35,00         | 10,44             | 5,59         | 2,88          | 104,39         |
| 312            | Картофельное пюре (картофель, молоко 2,5%, слив. масло 72%, йодид натрия)  | 180         | 26,00         | 3,94              | 6,73         | 26,48         | 187,20         |
| 376            | Чай с сахаром (чай черный, сахар)  | 200         | 4,00          | 0,07              | 0,02         | 15,00         | 60,00          |
| ПР             | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодид.)   | 30/25       | 4,60          | 3,77              | 0,58         | 26,84         | 127,62         |
|                | <b>Итого:</b>  | <b>575</b>  | <b>75,60</b>  | <b>18,54</b>      | <b>12,96</b> | <b>71,88</b>  | <b>484,41</b>  |
| <b>Обед</b>    |  |             |               |                   |              |               |                |
| 52             | Салат из свеклы отварной (свекла, раст. масло, лимон. кислота, йодид натрия)   | 30          | 3,00          | 0,36              | 1,52         | 2,09          | 46,92          |
| 103            | Суп картофельный с вермишелью на бульоне из мяса цыплят, зеленью (картофель п.ф., макарон. изделия, морк., лук репч., мясо кур, масло раст., зелень, йодид натрия) | 250/15/1    | 18,30         | 7,00              | 6,47         | 20,89         | 170,28         |
| 297/331        | Фрикадельки из цыплят с соусом сметанным с томатом (мясо кур., хлеб пшенич. молоко 2,5%, яйцо кур., раст. масло, йодид натрия, сметана 15%, томат пюре)            | 60/30       | 39,00         | 10,61             | 12,19        | 8,66          | 187,45         |
| 171            | Каша перловая рассыпчатая (крупа перловая, соль, масло слив. 72%)  | 150         | 9,00          | 4,68              | 4,88         | 33,49         | 196,77         |
| 389            | Сок фруктовый (в ассортименте)   | 200         | 11,00         | 0,20              | 0,26         | 22,60         | 92,00          |
| ПР             | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодид.)   | 30/20       | 4,10          | 3,50              | 0,52         | 24,37         | 116,12         |
|                | <b>Итого:</b>  | <b>786</b>  | <b>84,40</b>  | <b>26,35</b>      | <b>25,84</b> | <b>112,10</b> | <b>809,54</b>  |
|                | <b>Всего:</b>  | <b>1361</b> | <b>160,00</b> | <b>44,89</b>      | <b>38,80</b> | <b>183,98</b> | <b>1293,95</b> |

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

*О.И.И.*, *И.И.И.*

ОВЗ. Возрастная категория с 7 до 11 лет. Возрастная категория с 12 лет и старше

4 день цикл. меню

| № 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)<br>(огурец, лимон. кисл., йодир. соль)  | 20          | 3,00          | 0,16              | 0,02         | 0,34          | 2,60           |
| 229            | Рыба, тушеная в томате с овощами<br>(филе минтая, морковь, лук реп., томат пюре, раст.масло)  | 40/50       | 30,00         | 8,46              | 5,48         | 4,88          | 103,44         |
| 312            | Картофельное пюре<br>(картофель, молоко 2,5 %, слив. масло 72%, йодир. соль)  | 150         | 22,00         | 3,28              | 5,60         | 22,06         | 152,24         |
| 376            | Чай с сахаром<br>(чай черный, сахар)  | 200         | 4,00          | 0,07              | 0,02         | 15,00         | 60,00          |
| ПР             | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный<br>(мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)   | 20/20       | 3,20          | 2,70              | 0,42         | 19,54         | 92,74          |
| <b>Итого:</b>  |   | <b>500</b>  | <b>62,20</b>  | <b>14,67</b>      | <b>11,54</b> | <b>61,82</b>  | <b>411,02</b>  |
| <b>Обед</b>    |   |             |               |                   |              |               |                |
| 52             | Салат из свеклы отварной<br>(свекла, раст.масло, лимон.кисл., йодир.соль)   | 60          | 5,00          | 0,71              | 3,04         | 4,18          | 46,92          |
| 103            | Суп картофельный с вермишелью на бульоне из мяса цыплят, зеленью<br>(картофель п.ф., макарон. издел., морк., лук репч., мясо кур, масло раст., укроп зелень, йодир. соль) | 200/15/1    | 16,00         | 5,06              | 4,71         | 18,50         | 129,89         |
| 297/331        | Фрикадельки из цыплят с соусом сметанным с томатом<br>(мясо кур., хлеб пшен.,молоко 2,5%, яйцо кур., раст.масло, йодир.соль,сметана 15%,томат пюре)                       | 60/50       | 42,00         | 10,61             | 12,19        | 8,66          | 187,45         |
| 171            | Каша перловая рассыпчатая<br>(крупа перловая, соль, масло слив.72%)   | 150         | 9,00          | 4,68              | 4,88         | 33,49         | 196,77         |
| 389            | Сок фруктовый (в ассортименте)  | 200         | 11,00         | 0,20              | 0,26         | 22,60         | 92,00          |
| ПР             | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный<br>(мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)   | 30/20       | 4,10          | 3,49              | 0,52         | 24,37         | 116,12         |
| <b>Итого:</b>  |   | <b>786</b>  | <b>87,10</b>  | <b>24,75</b>      | <b>25,60</b> | <b>111,80</b> | <b>769,15</b>  |
| <b>Всего:</b>  |   | <b>1286</b> | <b>149,30</b> | <b>39,42</b>      | <b>37,14</b> | <b>173,62</b> | <b>1180,17</b> |

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

*Олисова Т.П.*, *Михайлова*

Утверждаю

МУП "Школьное питание" г.о.Жигулевск

Директор Т.П.Олисова

Меню на " 08 " сентября 2022г

Возрастная категория с 7 до 11 лет ( средства родительской платы)

4 день цикл. меню

ГБОУ С (О)ОШ № 10

Директор Ильин

Согласовано

| № рецептуры | Наименование блюда  | Выход, г   | Цена, руб    | Химический состав |              |               |               |
|-------------|---|------------|--------------|-------------------|--------------|---------------|---------------|
|             |   |            |              | белки, г          | жиры, г      | углеводы, г   | ЭЦ, ккал      |
|             | <i>Обед</i>   |            |              |                   |              |               |               |
| 52          | Салат из свеклы отварной<br>(свекла, раст.масло, лимон.кисл., Водир.соль)   | 40         | 3,00         | 0,47              | 2,03         | 2,79          | 31,28         |
| 103         | Суп картофельный с вермишелью на бульоне из мяса цыплят, зеленью<br>(картофель п/ф., макарон. издел., морк., лук репч., мясо кур, масло раст.,        | 200/15/1   | 16,00        | 5,06              | 4,71         | 18,50         | 129,89        |
| 297/331     | Фрикадельки из цыплят с соусом сметанным с томатом<br>(мясо кур., хлеб пшенич.,молоко 2,5%, яйцо кур., раст.масло, Водир.соль,сметана 15%,томат пюре) | 60/30      | 39,00        | 10,61             | 12,19        | 8,66          | 187,45        |
| 171         | Каша перловая рассыпчатая<br>(крупа перловая, соль, масло слив.72%)   | 140        | 8,00         | 4,68              | 4,88         | 33,49         | 196,77        |
| 389         | Сок фруктовый (в ассортименте)  | 200        | 11,00        | 0,20              | 0,26         | 22,60         | 92,00         |
| ПР          | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный<br>(мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль Водир.)   | 20/15      | 2,30         | 2,30              | 0,44         | 14,40         | 70,00         |
|             | <b>Итого:</b>   | <b>721</b> | <b>79,30</b> | <b>26,81</b>      | <b>25,03</b> | <b>124,81</b> | <b>823,51</b> |

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством Ильин Ильин