

Меню на "21" сентября 2022 г.  
 Возрастная категория с 12 лет и старше

13 день цикл. меню

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
<b>Завтрак</b>							
287/331	Голубцы ленивые из цыплят в соусе (б/х капуста, мясо кур., яйцо куриное, крупа рисовая, соус- томат. пюре, сметана 15%, мука пшенич., йодир. соль)	100/30	39,00	10,08	11,67	10,71	189,49
302	Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, сл. масло 72%, йодир. соль)	160	19,00	7,82	5,80	35,37	224,62
377	Чай фруктовый (черноплодная рябина) (чай черный, сахар, смородина св./мор.)	200	5,00	0,13	0,04	15,22	62,00
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/25	4,60	3,77	0,58	26,84	127,62
ПР	Булочная мелочь (мука пшенич., раст. масло, соль, сахар, дрожжи,)	40	8,00	2,37	3,57	18,54	115,83
<b>Итого:</b>		<b>585</b>	<b>75,60</b>	<b>24,17</b>	<b>21,66</b>	<b>106,68</b>	<b>719,56</b>
<b>Обед</b>							
104/105	Суп картофельный с фрикадельками из цыплят с зеленью (картофель п/ф., морк., лук репч., томат. пюре, масло раст., укроп зелень, лавр. лист, йодир. соль, мясо кур., лук репчат., яйцо куриное, йодир. соль)	250/20/1	23,30	13,61	12,52	18,76	242,87
290/330	Грудка куриная (филе) в сметанном соусе (мясо кур., сметана 15%, сл. масло 72%, йодир. соль, томатная паста)	35/30	26,00	0,71	3,92	3,10	50,80
312	Картофельное пюре (картофель, молоко 2,5 %, слив. масло 72%, йодир. соль)	180	26,00	3,28	5,60	22,06	152,24
377	Чай фруктовый (с/м смородина) (чай черный, сахар, смородина св./мор.)	200	5,00	0,13	0,02	15,20	62,00
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/20	4,10	3,50	0,52	24,37	116,12
<b>Итого:</b>		<b>766</b>	<b>84,40</b>	<b>21,23</b>	<b>22,58</b>	<b>83,49</b>	<b>624,03</b>
<b>Всего:</b>		<b>1351</b>	<b>160,00</b>	<b>45,40</b>	<b>44,24</b>	<b>190,17</b>	<b>1 343,59</b>

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

*М.И. Мишенин*

МУП "Школьное питание" г. Жигулевск

Директор Т.П.Олисова

Меню на "21" сентября 2022 г.

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

13 день цикла меню

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
	<b>Завтрак</b>						
287 /331	Голубцы ленивые из цыплят в соусе (б/к капуста, мясо кур., яйцо куриное, крупа рисовая, соус- томат. пюре, сметана 15%, мука пшенич., йодир. соль)	70/30	30,00	6,95	7,98	6,96	128,27
302	Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, сл. масло 72%, йодир. соль)	130	16,00	7,82	5,80	35,37	224,62
377	Чай фруктовый (черноплодная рябина) (чай черный, сахар, черноплодная рябина сл./мор.)	200	5,00	0,13	0,04	15,22	62,00
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	20/20	3,20	2,70	0,42	19,54	92,74
ПР	Булочная мелочь (мука пшеничн., раст. масло, соль, сахар, дрожжи.)	40	8,00	2,37	3,57	18,54	115,83
	<b>Итого:</b>	<b>510</b>	<b>62,20</b>	<b>19,97</b>	<b>17,81</b>	<b>95,63</b>	<b>623,46</b>
	<b>Обед</b>						
104/105	Суп картофельный с фрикадельками из цыплят (картофель п/ф., морк., лук репч., томат. пюре, масло раст., укроп зелень, лавр. лист, йодир. соль, мясо кур, лук репчат., яйцо куриное, йодир. соль.)	200/20/1	22,00	7,54	7,14	144,91	154,58
290/330	Грудка куриная (филе) в соусе сметанном (мясо кур., сметана 15%, сл. масло 72%, йодир. соль.)	45/50	34,00	0,81	3,72	3,48	51,04
312	Картофельное пюре (картофель, молоко 2,5 %, слив. масло 72%, йодир. соль)	150	22,00	3,28	5,60	22,06	152,24
377	Чай фруктовый (с/м смородина) (чай черный, сахар, смородина сл./мор.)	200	5,00	0,13	0,02	15,20	62,00
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/20	4,10	3,49	0,52	24,37	116,12
	<b>Итого:</b>	<b>716</b>	<b>87,10</b>	<b>15,25</b>	<b>17,00</b>	<b>210,02</b>	<b>535,98</b>
	<b>Всего</b>	<b>1226</b>	<b>149,30</b>	<b>35,22</b>	<b>34,81</b>	<b>305,65</b>	<b>1159,44</b>

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством ИИЧ, ИИЧ

Утверждаю  
 МУП "Школьное питание" г.о. Жигулевск  
 Директор Т.П.Олисова



Согласовано  
 ГБОУ С (О)ОШ № 10  
 Директор *Шу*

Меню на "21" сентября 2022 г.

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

13 день цикл. меню

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
	<i>Обед</i>						
104/105	Суп картофельный с фрикадельками из цыплят (картофель п/ф., морковь, лук репч., томат. пюре, масло раст., укроп зелень, лавр.лист, йодир, соль, мясо кур, лук репчат., яйцо куриц., йодир, соль)	200/20/1	22,00	7,54	7,14	144,91	154,58
290/330	Грудка куриная (филе) в сметанном соусе (мясо кур., сметана 15%, сл.масло 72%, йодир, соль, томатная паста)	35/30	26,00	0,71	3,92	3,10	50,80
312	Картофельное пюре (картофель, молоко 2,5%, слив.масло 72%, йодир, соль)	160	24,00	3,28	5,60	22,06	152,24
377	Чай фруктовый (с/м смородина) (чай черный, сахар, смородина св./мор.)	200	5,00	0,13	0,02	15,20	62,00
ГР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	20/15	2,30	2,30	0,44	14,40	70,00
	<b>Итого:</b>	<b>681</b>	<b>79,30</b>	<b>13,96</b>	<b>17,12</b>	<b>199,67</b>	<b>489,62</b>

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

*Шу*, *Шушунь*

13 день цикл. меню

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
<b>Завтрак</b>							
287 /331	Голубцы ленивые из цыплят в соусе (б/к капуста, мясо кур., яйцо куриное, крупа рисовая, соус- томат, пюре, сметана 15%, мука пшенич., Водир. соль.)	70/30	30,00	6,95	7,98	6,96	128,27
302	Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, сл. масло 72%, Водир. соль.)	130	16,00	7,82	5,80	35,37	224,62
377	Чай фруктовый (черноплодная рябина) (чай черный, сахар, черноплодная рябина сл./мор.)	200	5,00	0,13	0,04	15,22	62,00
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль Водир.)	20/20	3,20	2,70	0,42	19,54	92,74
ПР	Булочная мелочь (мука пшенич., раст. масло, соль, сахар, дрожжи.)	40	8,00	2,37	3,57	18,54	115,83
	<b>Итого:</b>	<b>510</b>	<b>62,20</b>	<b>19,97</b>	<b>17,81</b>	<b>95,63</b>	<b>623,46</b>
<b>Обед</b>							
104/105	Суп картофельный с фрикадельками из цыплят (картофель п/ф., морк., лук репч., томат, пюре, масло раст., укроп зелень, лавр.лист, Водир. соль, мясо кур, лук репчат., яйцо куриное, Водир. соль.)	200/20/1	22,00	7,54	7,14	144,91	154,58
290/330	Грудка куриная (филе ) в соусе сметанном (мясо кур., сметана 15%, сл.масло 72%, Водир.соль.)	45/50	34,00	0,81	3,72	3,48	51,04
312	Картофельное пюре (картофель, молоко 2,5 %, слив. масло 72%, Водир. соль.)	150	22,00	3,28	5,60	22,06	152,24
377	Чай фруктовый (с/м смородина) (чай черный, сахар, смородина сл./мор.)	200	5,00	0,13	0,02	15,20	62,00
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль Водир.)	30/20	4,10	3,49	0,52	24,37	116,12
	<b>Итого:</b>	<b>716</b>	<b>87,10</b>	<b>15,25</b>	<b>17,00</b>	<b>210,02</b>	<b>535,98</b>
	<b>Всего</b>	<b>1226</b>	<b>149,30</b>	<b>35,22</b>	<b>34,81</b>	<b>305,65</b>	<b>1159,44</b>

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

*М.И. Шинкина*