

Утверждено

Согласовано

МУП "Школьное питание" г.б. Жигулевск

ГБОУ С (О)ОШ № 10

Директор Т.Ю. Олисова

Меню на "22" сентября 2022 г.

Директор *Иль*

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

14 день цикл. меню

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
<i>Завтрак</i>							
71	Овощи свежие (огурцы порционно)	30	6,00	0,24	0,03	0,75	4,20
256	Мясо тушеное (свинина) (свинина мякоть, морковь, лук репч., раст. масло, томат. соус, пшеничн. мука, йодир. соль.)	40/40	37,00	12,32	7,81	2,04	127,72
309	Макаронные изделия отварные (макаронн. из пшенич. муки, слив. масло 72%, йодир. соль.)	150	11,00	5,80	5,01	37,05	216,72
377	Чай с лимоном (чай) черный, сахар, лимон сж.)	200	5,00	0,16	0,03	15,21	62,99
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (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>21,22</b>	<b>13,30</b>	<b>74,59</b>	<b>504,37</b>
<i>Обед</i>							
20	Салат из свежих огурцов и репчатого лука	50	8,00	0,42	3,05	1,53	35,24
99	Суп овощной на бульоне из мяса цыплят, зеленью (б/к капуста, картофель, лук репч., морковь, мясо кур, зел. горошек консерв., раст. масло, укроп, зелень, сметана 15%, йодир. соль, лавр. лист)	200/15/1	19,00	6,93	12,33	17,30	142,77
265	Плов из свинины (свинина постная мякоть, крупа рисовая, морковь, лук репч., раст. масло, соль йодир.)	40/150	48,00	16,02	11,82	40,10	331,12
349	Компот из сухофруктов (смесь сухофруктов, сахар)	200	8,00	0,66	0,09	32,00	132,80
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>706</b>	<b>87,10</b>	<b>27,52</b>	<b>27,81</b>	<b>115,30</b>	<b>758,05</b>
<b>Всего:</b>		<b>1206</b>	<b>149,30</b>	<b>48,74</b>	<b>41,11</b>	<b>189,89</b>	<b>1262,42</b>

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

*Иль, Шиханцев*



Утверждаю

Согласовано

МУП "Школьное питание" г. в. Жигулевск

ГБОУ С (О)ОШ № 10

Директор Т.В.Олисова

Меню на "22" сентября 2022 г.

Директор *Иван*

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

14 день шк. меню

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
	<i>Обед</i>						
99	Суп овощной на бульоне из мяса цыплят, зеленью (б/к капуста, картофель, лук репч., морковь, мясо кур., зел. горошек конс., раст. масло, укроп, зелень, сметана 15%, йодир, соль, лавр. лист)	200/15/1	19,00	6,93	12,33	17,30	142,77
265	Плов из свинины (свинина постная мякоть, крупа рисовая, морковь, лук репч., раст. масло, соль йодир.)	40/160	50,00	16,02	11,82	40,10	331,12
349	Компот из сухофруктов (смесь сухофруктов, сахар)	200	8,00	0,66	0,09	32,00	132,80
ПР	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>651</b>	<b>79,30</b>	<b>25,91</b>	<b>24,68</b>	<b>103,80</b>	<b>676,69</b>

Заведующий производством

*Иван, Шинкина*



Меню на "22" сентября 2022 г.  
 Возрастная категория с 7 до 11 лет

14 день шк. меню

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
<b>Завтрак</b>							
71	Овощи свежие (огурцы порционно)	30	6,00	0,24	0,03	0,75	4,20
256	Мясо тушеное (свинина) (свинина мякоть, морковь, лук репч., раст. масло, томат. соус, пшенич. мука, йодир. соль.)	40/40	37,00	12,32	7,81	2,04	127,72
309	Макаронные изделия отварные (макарониз. из тв. яиц, мука, слив. масло 72%, йодир. соль.)	150	11,00	5,80	5,01	37,05	216,72
377	Чай с лимоном (чай черный, сахар, лимон сл.)	200	5,00	0,16	0,03	15,21	62,99
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (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>21,22</b>	<b>13,30</b>	<b>74,59</b>	<b>504,37</b>
<b>Обед</b>							
20	Салат из свежих огурцов и репчатого лука	50	8,00	0,42	3,05	1,53	35,24
99	Суп овощной на бульоне из мяса цыплят, зеленью (б/к капуста, картофель, лук репч., морковь, мясо кур., зел. горошек консерв., раст. масло, укроп, зелень, сметана 15%, йодир. соль, лавр. лист)	200/15/1	19,00	6,93	12,33	17,30	142,77
265	Плов из свинины (свинина постная мякоть, крупа рисовая, морковь, лук репч., раст. масло, соль йодир.)	40/150	48,00	16,02	11,82	40,10	331,12
349	Компот из сухофруктов (смесь сухофруктов, сахар)	200	8,00	0,66	0,09	32,00	132,80
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>706</b>	<b>87,10</b>	<b>27,52</b>	<b>27,81</b>	<b>115,30</b>	<b>758,05</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1206</b>	<b>149,30</b>	<b>48,74</b>	<b>41,11</b>	<b>189,89</b>	<b>1262,42</b>

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством *Ильин*, *Ильин*



МУП "Школьное питание" г.о. Жигулевск

Директор Т.В.Олисова

Согласовано  
ГБОУ С (О)ОШ № 10

Директор

Меню на "22" сентября 2022 г.

Возрастная категория с 12 лет и старше

14 день пищевого меню

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
<b>Завтрак</b>							
71	Овощи свежие (огурцы порционно)	50	7,00	0,24	0,03	0,75	4,20
256	Мясо тушеное (свинина) (свинина мякоть, морковь, лук репч., раст. масло, томат. соус, пшеничн. мука, йодир. соль.)	45/45	45,00	13,85	8,79	2,29	143,69
309	Макаронные изделия отварные (макарони из пшенич. муки, слив. масло 72%, йодир. соль.)	170	12,00	5,80	5,01	37,05	216,72
377	Чай с лимоном (чай черный, сахар, лимон св.)	200	5,00	0,16	0,03	15,21	62,99
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/25	4,60	3,77	0,58	26,84	127,62
	<b>Итого:</b>	<b>565</b>	<b>75,60</b>	<b>23,82</b>	<b>14,43</b>	<b>82,14</b>	<b>555,21</b>
<b>Обед</b>							
20	Салат из свежих огурцов и репчатого лука (огурец св., лук репч., масло раст. соль йодир.)	30	4,00	0,25	1,83	0,76	20,45
99	Суп овощной на бульоне из мяса цыплят, зеленью (б/к капуста, картофель, лук репч., морковь, мясо кур, зел. горошек консерв., раст. масло, укроп, зелень, сметана 15%, йодир. соль, лавр. лист)	250/15/1	20,30	7,58	14,17	12,01	162,41
265	Плов из свинины (свинина постная мякоть, крупа рисовая, морковь, лук репч., раст. масло, соль йодир.)	40/150	48,00	17,51	12,29	40,10	341,33
349	Компот из сухофруктов (смесь сухофруктов, сахар)	200	8,00	0,66	0,09	32,00	132,80
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>741</b>	<b>84,40</b>	<b>29,50</b>	<b>28,90</b>	<b>109,24</b>	<b>773,11</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1306</b>	<b>160,00</b>	<b>53,33</b>	<b>43,33</b>	<b>191,38</b>	<b>1 328,32</b>

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

*В.М. Шмакина*