

лиш № 40

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

ГБОУ С (О)ОН № 10

Согласовано  
Директор

Меню на " 26 " сентября 2022г  
Возрастная категория с 7 до 11 лет

I день щкля. 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)	20	4,00	0,35	0,05	0,95	6,00
ПР/331	Тефтели из индейки с соусом (мясо индейки, крупа рисовая, яйцо кур., соус- томат. пюре, сметана 15%, мука пшенич., йодир. соль)	65/30	34,00	8,00	14,00	15,00	220,00
312	Картофельное пюре (картофель, молоко 2,5 %, слив. масло 72%, йодир. соль)	130	17,00	3,28	5,60	22,06	152,24
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 йодир.)	20/20	3,20	2,70	0,42	19,54	92,74
	<b>Итого:</b>	<b>480</b>	<b>62,20</b>	<b>14,40</b>	<b>20,09</b>	<b>72,55</b>	<b>530,98</b>
<b>Обед</b>							
93	Щи по-уральски на бульоне из мяса цыплят, со сметаной и зеленью (б/к капуста, карт., томат.пюре, морк., лук репч., крупа пшено, мясо кур., сметана 15%, масло растит., зелень, йодир. соль)	200/15/10/1	17,00	6,28	9,30	15,90	150,66
255	Печень по-строгановски (печень гов., лук репчатый, сметана 15%, раст. масло, йодир. соль)	50/50	39,00	22,80	10,20	9,40	219,40
304	Рис отварной (крупа рисовая, слив. масло, йодир. соль)	140	16,00	3,81	6,11	40,01	230,31
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 йодир.)	30/20	4,10	3,49	0,52	24,37	116,12
	<b>Итого:</b>	<b>716</b>	<b>87,10</b>	<b>36,58</b>	<b>26,39</b>	<b>112,28</b>	<b>808,49</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1196</b>	<b>149,30</b>	<b>50,98</b>	<b>46,48</b>	<b>184,83</b>	<b>1339,47</b>

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

*Т.П.Олисова*, *М.М.Михайлова*

Утверждаю

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

Меню на " 26 " сентября 2022г

Возрастная категория с 12 лет и старше

ГБОУ С (О)ОШ № 10

Директор \_\_\_\_\_



1 день цикл. 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	0,35	0,05	0,95	6,00
ПР/331	Тефтели из индейки с соусом <small>(мясо индейки, крупа рисовая, яйцо кур., соус- томат, пюре, сметана 15%, мука пшенич.,)</small>	65/30	34,00	8,00	14,00	15,00	220,00
312	Картофельное пюре <small>(картофель, молоко 2,5 %, слив. масло 72%, йодир. соль)</small>	150	22,00	3,28	5,60	22,06	152,24
376	Чай с сахаром <small>(чай черный, сахар)</small>	200	4,00	0,07	0,02	15,00	60,00
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный <small>(мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)</small>	30/25	4,60	3,77	0,58	26,84	127,62
ПР	Булочка Ромашка <small>(мука пшенич., раст.масло, дрожжи, соль, сахар)</small>	40	5,00	4,20	4,35	29,60	174,05
<b>Итого:</b>		<b>555</b>	<b>75,60</b>	<b>19,67</b>	<b>24,60</b>	<b>109,45</b>	<b>739,91</b>
<b>Обед</b>							
93	Щи по-уральски на бульоне из мяса цыплят, зеленью <small>(б/к капуста, карт., томат.пюре, морк., лук репч., крупа пшено, мясо кур., сметана 15%, масло растит., зелень, йодир.соль)</small>	250/15/10/1	19,30	6,76	10,38	12,64	172,12
255	Печень по-строгановски <small>(печень гов., лук репчатый, сметана 15%, раст. масло, йодир.соль)</small>	40/50	32,00	22,80	10,20	9,40	219,40
304	Рис отварной <small>(крупа рисовая, слив. масло, йодир. соль)</small>	160	18,00	4,06	6,51	42,68	245,66
389	Сок фруктовый (в ассортименте)	200	11,00	0,20	0,26	22,60	92,00
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный <small>(мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)</small>	30/20	4,10	3,50	0,52	24,37	116,12
<b>Итого:</b>		<b>776</b>	<b>84,40</b>	<b>37,32</b>	<b>27,87</b>	<b>111,69</b>	<b>845,30</b>
<b>Всего:</b>		<b>1331</b>	<b>160,00</b>	<b>56,99</b>	<b>52,47</b>	<b>221,14</b>	<b>1 585,21</b>

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

*ММ*, *Шшшшш*

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

ГБОУ С(О)ОШ № 10

Директор Ильин

Меню на " 26 " сентября 2022г

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

1 день цикл. 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)	20	4,00	0,35	0,05	0,95	6,00
ПР/331	Тефтели из индейки с соусом (мясо индейки, крупа рисовая, яйцо кур., соус- томат. пюре, сметана 15%, мука пшенич., йодир. соль)	65/30	34,00	8,00	14,00	15,00	220,00
312	Картофельное пюре (картофель, молоко 2,5 %, слив. масло 72%, йодир. соль)	130	17,00	3,28	5,60	22,06	152,24
376	Чай с сахаром (чай черный, сахар)	200	4,00	0,07	0,02	15,00	60,00
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный	20/20	3,20	2,70	0,42	19,54	92,74
	<b>Итого:</b>	<b>480</b>	<b>62,20</b>	<b>14,40</b>	<b>20,09</b>	<b>72,55</b>	<b>530,98</b>
<b>Обед</b>							
93	Щи по-уральски на бульоне из мяса цыплят, со сметаной и зеленью (б/к капуста, карт., томат. пюре, морк., лук репч., крупа)	200/15/10/1	17,00	6,28	9,30	15,90	150,66
255	Печень по-строгановски (печень гов., лук репчатый, сметана 15%, раст. масло, йодир. соль)	50/50	39,00	22,80	10,20	9,40	219,40
304	Рис отварной (крупа рисовая, слив. масло, йодир. соль)	140	16,00	3,81	6,11	40,01	230,31
389	Сок фруктовый (в ассортименте)	200	11,00	0,20	0,26	22,60	92,00
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный	30/20	4,10	3,49	0,52	24,37	116,12
	<b>Итого:</b>	<b>716</b>	<b>87,10</b>	<b>36,58</b>	<b>26,39</b>	<b>112,28</b>	<b>808,49</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1196</b>	<b>149,30</b>	<b>50,98</b>	<b>46,48</b>	<b>184,83</b>	<b>1339,47</b>

Заведующий производством

Ильин, Ильин

Утверждаю

МУП "Школьное питание" г.о. Жигулевск

Директор Г.П. Обинова



Меню на " 26 " сентября 2022г

ГБОУ С (О)ОШ № 10

Согласовано

Директор [Signature]



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

1 день цикл. меню

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
<i>Обед</i>							
93	Щи по-уральски на бульоне из мяса цыплят, со сметаной и зеленью (б/к капуста, карт., томат пюре, морк., лук репч., крупа пшено, мясо кур., сметана 15%, масло растит., зелень, йодир. соль)	200/15/10/1	17,00	6,28	9,30	15,90	150,66
255	Печень по-строгановски (печень гов., лук репчатый., сметана 15%, раст. масло, , йодир. соль)	40/50	32,00	22,80	10,20	9,40	219,40
304	Рис отварной (крупа рисовая, слив. масло, йодир. соль)	150	17,00	3,81	6,11	40,01	230,31
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 йодир.)	20/15	2,30	2,30	0,44	14,40	70,00
	<b>Итого:</b>	<b>716</b>	<b>79,30</b>	<b>35,39</b>	<b>26,31</b>	<b>102,31</b>	<b>762,37</b>

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

[Signature], [Signature]