

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	Овоцы консервированные порционно (огурец)	15	2,00	0,16	0,02	0,34	2,60
	(огурец, лимон. кисл., йодир. соль)						
98.06	Котлета мясо-рыбная "Веста"	70	31,00	5,56	3,44	7,91	85,04
	(филе цыпленка, мятная, морковь, лук репч., хлеб пшенич., раст. масло)						
312	Картофельное пюре	150	22,00	3,28	5,60	22,06	152,24
	(картофель, молоко 2,5 %, слив. масло 72%, йодир. соль)						
376	Чай с сахаром	200	4,00	0,07	0,02	15,00	60,00
	(чай черный, сахар)						
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный	20/20	3,20	2,70	0,42	19,54	92,74
	(мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)						
	<b>Итого:</b>	<b>475</b>	<b>62,20</b>	<b>11,77</b>	<b>9,50</b>	<b>64,85</b>	<b>392,62</b>
<b>Обед</b>							
52	Салат из свеклы отварной	60	5,00	0,71	3,04	4,18	46,92
	(свекла, раст. масло, лимон.кисл., йодир.соль)						
103	Суп картофельный с вермишелью на бульоне из мяса цыплят, зеленью	200/15/1	16,00	5,06	4,71	18,50	129,89
	(картофель п/ф., макарон. издел., морк., лук репч., мясо кур, масло раст., укроп зелень, йодир. соль)						
297/331	Фрикадельки из цыплят с соусом сметанным с томатом	60/50	42,00	10,61	12,19	8,66	187,45
	(мясо кур., хлеб пшен., молоко 2,5%, яйцо кур., раст.масло)						
171	Каша перловая рассыпчатая	150	9,00	4,68	4,88	33,49	196,77
	(крупа перловая, соль, масло слив.72%)						
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
	(мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)						
	<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>1261</b>	<b>149,30</b>	<b>36,52</b>	<b>35,1</b>	<b>176,65</b>	<b>1161,77</b>

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

*Олисова Т.П.*, *Шинкина*

Утверждаю

МУП "Школьное питание" г.в.Жигаловск

Директор Т.П.Ошцова

Меню на " 29" сентября 2022г

Возрастная категория с 12 лет и старше

4 день цикл. меню



Согласовано

10

ГБОУ СО(О)УШ №

Директор

№ рецентуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
<b>Завтрак</b>							
70	Овощи консервированные (огурец порционно) (огурец, лимон. кислота, йодид. соль)	40	6,00	0,32	0,04	0,68	5,20
98.06	Котлета мясо-рыбная "Веста" (филе цыпленка, минтая, морковь, лук репч., хлеб пшеничн., раст.масло)	80	35,00	6,34	3,94	9,03	97,21
312	Картофельное пюре (картофель, молоко 2,5 %, слив. масло 72%, йодид. соль)	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>555</b>	<b>75,60</b>	<b>14,44</b>	<b>11,31</b>	<b>78,03</b>	<b>477,23</b>
<b>Обед</b>							
52	Салат из свеклы отварной (свекла, раст.масло, лимон.кисл., йодид.соль)	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. издел., морк., лук репч., мясо кур, масло раст., зелень, йодид. соль)	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 пшен.молоко 2,5%, яйцо кур., раст.масло, йодид.соль,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>1341</b>	<b>160,00</b>	<b>40,79</b>	<b>37,15</b>	<b>190,13</b>	<b>1286,77</b>

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

*Т.П.Ошцова*, *И.И.Иванова*

Утверждаю  
 МУП "Школьное питание" г.о. Жигаревск  
 Директор \_\_\_\_\_ Т.П. Овиева

Меню на "29" сентября 2022г

Согласовано  
 ГБОУ СОУОШ № 10

Директор \_\_\_\_\_

4 день цикл. меню

ВВЗ. Возрастная категория с 7 до 11 лет. 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>							
70	Овощи консервированные (огурец порционно) (огурец, лимон. кислота, йодид соли)	15	2,00	0,16	0,02	0,34	2,60
98.06	Котлета мясо-рыбная "Веста" (филе цыпленка, минтая, морковь, лук репч., хлеб пшеничн.,	70	31,00	5,56	3,44	7,91	85,04
312	Картофельное пюре (картофель, молоко 2,5%, слив. масло 72%, йодид соли)	150	22,00	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 йодид.)	20/20	3,20	2,70	0,42	19,54	92,74
	<b>Итого:</b>	<b>475</b>	<b>62,20</b>	<b>11,77</b>	<b>9,50</b>	<b>64,85</b>	<b>392,62</b>
<b>Обед</b>							
52	Салат из свеклы отварной (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 (картофель п/ф, макарон. изделия, морк., лук репч., 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 (мясо кур., хлеб пшен., молоко 2,5%, яйцо кур., раст. масло, йодид соли, сметана 15%, томат пюре)	60/50	42,00	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	3,49	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>1261</b>	<b>149,30</b>	<b>36,52</b>	<b>35,1</b>	<b>176,65</b>	<b>1161,77</b>

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством \_\_\_\_\_

*М.И. Шиманец*

