

Утверждено

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

Меню на "12" ноября" 2021г

Согласовано

ГБОУ С (О)ОШ № 10

Директор И.И.Иванов

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

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав				Витамины
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал	С, мг
	Завтрак							
52	Салат из свеклы отварной (свекла, раст. масло, лимонный сок, йодир. соль)	50	5,00	0,73	3,05	4,23	47,19	4,75
290/330	Грудка куриная (филе) в сметанном соусе (мясо кур., сметана 15%, сл. масло 72%, йодир. соль)	45/50	40,00	0,81	3,72	3,48	51,04	0,05
302	Каша пшеничная рассыпчатая (крупа пшеничная, сл. масло 72%, йодир. соль)	150	7,00	6,93	5,11	37,90	228,87	0,00
377	Чай фруктовый (смородина) (чай черный, сахар, смородина черн. с.м.)	200	4,00	0,13	0,02	15,20	62,00	12,05
ПР	Хлеб пшеничный / ржаной (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/20	3,10	3,49	0,52	24,37	116,12	0,00
	Итого:	545	59,10	12,09	12,42	85,18	505,22	16,85
	Обед							
106/107	Суп картофельный с рыбными фрикадельками (картофель, морковь, лук репчат., томат паста, раст. масло, укроп зеленый, филе рыбы, яйцо куриное, лук репчат., йодир. соль)	250/20	25,00	5,40	3,36	18,80	211,70	24,84
287/331	Голубцы ленивые из капусты в соусе (б/к капуста, мясо говядины, свинины, яйцо куриное, крупа рисовая, соус-томат пюре, сметана 15%, мука пшенич., йодир. соль)	70/30	27,00	7,26	8,16	23,26	193,50	21,18
200	Пюре из гороха и картофеля (картофель, горох лущеный, молоко 2,5%, слив. масло 72%, йодир. соль)	160	18,00	12,50	9,25	32,72	264,57	6,60
376	Чай с сахаром (чай черный, сахар)	200	3,00	0,07	0,02	15,00	60,00	0,03
ПР	Хлеб пшеничный / ржаной (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	25/30	3,40	3,66	4,23	26,90	127,42	0,00
	Итого:	800	76,40	28,89	25,02	116,68	857,19	52,65
	Всего:	1185	135,50	49,01	33,52	194,58	1286,44	44,80

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством И.И.Иванов, И.И.Иванов

Утвержден
 МУП "Школьное питание" г. Жигулевск
 Директор Т.И.Олисова



Приседатель ред. комитета
 Мещеряков Т.А.
 Меню на "12" ноября" 2021г
 Возрастная категория с 12 лет и старше

Согласовано
 ГБОУ С (О)ОШ № 10
 Директор Шм



№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав				Витамины
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал	С, мг
Завтрак								
52	Салат из свеклы отварной (свекла, раст.масло, лимон.кисл., йодир.соль)	25	4,00	0,36	1,53	2,11	23,60	4,75
290/330	Грудка куриная (филе) в сметанном соусе (мясо кур., сметана 15%, сл.масло 72%, йодир.соль)	50/50	43,00	0,81	3,92	3,48	52,84	0,05
302	Каша пшеничная рассыпчатая (крупа пшеничная, сл.масло 72%, йодир.соль)	160	8,00	7,39	5,45	40,44	244,19	0,00
377	Чай фруктовый (смородина) (чай черный, сахар, смородина черн.с.м.)	200	12,00	0,13	0,02	15,20	62,00	12,05
ПР	Хлеб пшеничный / ржаной (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	25/25	3,00	3,38	0,53	24,43	115,93	0,00
Итого:		535	70,00	12,07	11,44	85,66	498,55	16,85
Обед								
106/107	Суп картофельный с рыбными фрикадельками (картофель, морковь, лук репчат., томат паста, раст.масло, укроп зелень, филе рыбы, яйцо куриное, лук репчат., йодир.соль)	250/20	25,00	5,40	3,36	18,80	211,70	24,84
287/331	Голубцы ленивые из цыплят в соусе (б.к.капуста, мясо говядины, спинной, яйцо куриное, крупа рисовая, соус-томат, пюре, сметана 15%, мука пшенич., йодир.соль)	70/30	27,00	7,26	8,16	23,26	193,50	21,18
200	Пюре из гороха и картофеля (картофель, горох душистый, молоко 2,5%, слив.масло 72%, йодир.соль)	180	20,00	12,50	9,25	32,72	264,57	6,60
376	Чай с сахаром (чай черный, сахар)	200	3,00	0,07	0,02	15,00	60,00	0,03
ПР	Хлеб пшеничный / ржаной (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/20	3,10	3,10	1,52	0,62	104,43	0,00
Итого:		800	78,10	28,33	22,31	90,40	834,20	52,65
Всего:		1335	148,10	40,40	33,75	176,06	1332,75	69,50

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

Шм, *Шм*

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав				Витамины
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал	С, мг
Завтрак								
52	Салат из свеклы отварной (свекла, раст. масло, лимонный сок, йодир. соль)	50	5,00	0,73	3,05	4,23	47,19	4,75
290/330	Грудка куриная (филе) в сметанном соусе (мквр кур., сметана 15%, сл. масло 72%, йодир. соль)	45/50	40,00	0,81	3,72	3,48	51,04	0,05
302	Каша пшеничная рассыпчатая (крупа пшеничная, сл. масло 72%, йодир. соль)	150	7,00	6,93	5,11	37,90	228,87	0,00
377	Чай фруктовый (смородина) (чай черный, сахар, смородина черн. с/м.)	200	4,00	0,13	0,02	15,20	62,00	12,05
ПР	Хлеб пшеничный / ржаной (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/20	3,10	3,49	0,52	24,37	116,12	0,00
	Итого:	545	59,10	12,09	12,42	85,18	505,22	16,85
Дополнительная витаминизация								
ПР	Йогурт "Домашкино"	150	26,81	4,65	4,05	20,55	136,50	0,00
ПР	Сыр плавленый ломтевой сливочный классич.	18	10,29	1,75	4,73	0,86	50,75	0,00
	Итого:	168	37,10	6,40	8,78	21,41	187,25	0,00
Обед								
106/107	Суп картофельный с рыбными фрикадельками (картофель, морковь, лук репч., томат паста, раст. масло, укроп зелень, филе рыбы, яйцо куриное, лук репчат., йодир. соль)	200/20	23,00	4,98	2,56	14,84	102,92	19,56
287/331	Голубцы ленивые из цыплят в соусе (б/к капуста, мясо говядины, свинина, яйцо куриное, крупа рисовая, соус-томат, пюре. сметана 15%, мука пшенич., йодир. соль)	70/30	27,00	7,26	8,16	23,26	193,50	21,18
200	Пюре из гороха и картофеля (картофель, горох, лушковый, молоко 2,5%, слив. масло 72%, йодир. соль)	150	17,00	10,43	7,43	27,29	218,09	6,60
376	Чай с сахаром (чай черный, сахар)	200	3,00	0,07	0,02	15,00	60,00	0,03
ПР	Хлеб пшеничный / ржаной (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/25	3,60	3,77	0,58	26,84	127,62	0,00
	Итого:	725	73,60	26,51	18,75	107,23	702,13	47,37
	Всего:	1270	132,70	38,60	31,17	192,41	1207,35	64,22
Дополнительная витаминизация								
ПР	Йогурт "Домашкино"	150	26,81	4,65	4,05	20,55	136,50	0,00
ПР	Сыр плавленый ломтевой сливочный классич.	18	10,29	1,75	4,73	0,86	50,75	0,00
	Итого:	168	37,10	6,40	8,78	21,41	187,25	0,00

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

Машкина, *Машкина*