



МУП "Школьное питание" г.о.Жигулевск

Директор Т.П.Олисова

*Председатель ред. комиссии  
Ямайтлов С.В.*

Согласовано

ГБОУ С (О)ОШ № 10

Директор *Мис*

Меню на " 15 " декабря " 2021г  
Возрастная категория с 7 до 11 лет



№ 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)	100/30	38,00	10,52	11,93	37,56	296,18
200	Пюре из гороха и картофеля (картофель, горох лущеный, молоко 2,5 %, слив. масло 72%, Водир. соль)	130	15,00	9,05	6,70	23,72	191,69
377	Чай фруктовый (с/м вишня) (чай черный, сахар, вишня св./мор.)	200	3,00	0,13	0,02	15,20	62,00
ПР	Хлеб пшеничный / ржаной ( мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль Водир.)	30/20	3,10	3,49	0,52	24,37	116,12
	<b>Дополнительная витаминизация</b>						
388	Апельсины свежие	200	37,10	2,56	0,68	23,14	108,00
	<b>Итого:</b>	<b>710</b>	<b>96,20</b>	<b>25,75</b>	<b>19,85</b>	<b>123,99</b>	<b>773,99</b>
	<b>Обед</b>						
104/105	Суп картофельный с фрикадельками из мяса 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	25,00	7,54	7,14	14,91	154,58
243	Сосиски отварные (сосиски говяжьи)	55	30,00	6,12	12,02	2,18	141,69
309	Макаронные изделия отварные (макаронны из пшен.муки, слив.масло 72%, Водир.соль)	130	8,00	4,64	4,01	29,64	173,38
388	Напиток из шиповника и лимона (плоды шиповника сушен., сахар, лимон.)	200	8,00	0,20	0,05	26,62	108,83
ПР	Хлеб пшеничный / ржаной (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль Водир.)	25/20	2,60	3,10	0,47	21,96	148,98
	<b>Дополнительная витаминизация</b>						
388	Апельсины свежие	200	37,10	2,56	0,68	23,14	108,00
	<b>Итого:</b>	<b>850</b>	<b>110,70</b>	<b>24,16</b>	<b>24,37</b>	<b>118,45</b>	<b>835,46</b>
	<b>Всего</b>	<b>1560</b>	<b>206,90</b>	<b>49,91</b>	<b>44,22</b>	<b>242,44</b>	<b>1609,45</b>

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

*Мис, Шиповник*

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

Председатель ред. комиссии  
 Михайлова В.А. Клеви  
 Меню на " 15 " декабря " 2021г

Согласовано  
 ГБОУ С (О)ОШ № 10  
 Директор

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>							
287 /331	Голубцы ленивые из цыплят в соусе ( б/к капуста, мясо кур., яйцо куриное, крупа рисовая, соус- томат. шоре, сметана 15%, мука пшенич., йодир.соль)	100/30	38,00	10,52	11,93	37,56	296,18
200	Пюре из гороха и картофеля ( картофель, горох лущеный, молоко 2,5 %, слив. масло 72%, йодир. соль)	150	18,00	10,43	7,43	27,29	218,09
377	Чай фруктовый (с/м вишня) (чай черный, сахар, вишня св./мор.)	200	3,00	0,13	0,02	15,20	62,00
ПР	Хлеб пшеничный / ржаной ( мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	25/25	3,00	3,49	0,52	24,37	116,12
ПР	Булочная мелочь (мука пшеничная, дрожжи, соль йодир.)	40	8,00	2,37	3,57	18,54	115,83
<b>Итого:</b>		<b>570</b>	<b>70,00</b>	<b>26,94</b>	<b>23,47</b>	<b>122,96</b>	<b>808,22</b>
<b>Обед</b>							
104/105	Суп картофельный с фрикадельками из мяса цыплят ( картофель л/ф., морк., лук репчат., томат. шоре, масло раст., укроп зелень, лавр.лист, йодир. соль, мясо кур, лук репчат., яйцо куриное, йодир. соль )	250/20	28,00	8,03	7,73	18,59	176,68
243	Сосиски отварные (сосиски говяжьи)	55	30,00	6,12	12,02	2,18	141,69
309	Макаронные изделия отварные (макаронны из пшен.муки, слив.масло 72%, йодир.соль)	150	9,00	5,80	5,01	37,05	216,72
388	Напиток из шиповника и лимона (плоды шиповника сухие, сахар, лимон.)	200	8,00	0,20	0,05	26,62	108,83
ПР	Хлеб пшеничный / ржаной ( мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/20	3,10	3,49	0,52	24,37	116,12
<b>Итого:</b>		<b>725</b>	<b>78,10</b>	<b>23,64</b>	<b>25,33</b>	<b>108,81</b>	<b>760,04</b>
<b>Всего:</b>		<b>1295</b>	<b>148,10</b>	<b>50,58</b>	<b>48,80</b>	<b>231,77</b>	<b>1 568,26</b>

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

*ММ*, *Шамкин*

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

Согласовано  
 Александрова И.А.

ГБОУ С (О)ОШ № 10

Согласовано  
 Директор М.С.

Меню на " 15 " декабря " 2021г  
 ОВЗ. 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>							
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)	100/30	38,00	10,52	11,93	37,56	296,18
200	Пюре из гороха и картофеля ( картофель, горох лущеный, молоко 2,5 %, слив. масло 72%, йодир. соль)	130	15,00	9,05	6,70	23,72	191,69
377	Чай фруктовый (с/м вишня) (чай черный, сахар, вишня св./мор.)	200	3,00	0,13	0,02	15,20	62,00
ПР	Хлеб пшеничный / ржаной ( мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/20	3,10	3,49	0,52	24,37	116,12
<b>Итого:</b>		<b>510</b>	<b>59,10</b>	<b>23,19</b>	<b>19,17</b>	<b>100,85</b>	<b>665,99</b>
<b>Обед</b>							
104/105	Суп картофельный с фрикадельками из мяса 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 )	250/20	28,00	8,03	7,73	18,59	176,68
243	Сосиски отварные (сосиски говяжьи)	55	30,00	6,12	12,02	2,18	141,69
309	Макаронные изделия отварные (макаронны из пшен. муки, слив. масло 72%, йодир. соль)	130	8,00	4,64	4,01	29,64	173,38
388	Напиток из шиповника и лимона (плоды шиповника сухие, сахар, лимон.)	200	8,00	0,20	0,05	26,62	108,83
ПР	Хлеб пшеничный / ржаной ( мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	20/25	2,40	3,49	0,52	24,37	116,12
<b>Итого:</b>		<b>715</b>	<b>76,40</b>	<b>22,48</b>	<b>24,33</b>	<b>101,40</b>	<b>716,70</b>
<b>Всего:</b>		<b>1225</b>	<b>135,50</b>	<b>34,45</b>	<b>40,41</b>	<b>176,50</b>	<b>1 211,67</b>

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

*М.С. Улисова*