

Утверждаю

МУП "Школа питания" г.о. Жигулевск

Директор Т.П.Олисова



*Председатель ред. комитета
Лыжанина Е.В. Селин*

Меню на " 19 " ноября" 2021г

Возрастная категория с 7 до 11 лет



№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			Витамины	
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	Эн. ккал	С, мг
Завтрак								
25	Салат "Степной" из разных овощей (картофель, морковь, лук репч., огурец консервиров., зел. горошек консерв., раст. масло, йодир соль)	60	7,00	0,88	3,71	4,58	53,74	4,89
251	Поджарка из свинины (свинина мякоть, лук репч., томат, соус, раст. масло, йодир соль)	30/15	30,00	9,44	9,87	2,40	136,48	3,80
302	Каша пшеничная рассыпчатая (крупа пшеничная, сл. масло 72%, йодир соль)	150	7,00	6,93	5,11	37,90	228,87	0,00
388	Напиток из плодов шиповника (плоды шиповника суш., сахар, лимон. кислота)	200	12,00	0,68	0,28	20,76	88,20	100,00
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:	505	59,10	21,42	19,49	90,01	623,41	108,69
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								
113/114	Суп-лапша домашняя на бульоне из мяса шпиклет, зеленью (лапша домашняя - мука пшенич., яйца кур., йодир. соль, морковь, лук репч., масло растит., мясо кур., укроп зелень, вод. соль)	200	19,00	8,16	12,18	15,77	163,21	10,23
98.06	Котлета мясо-рыбная "Веста" (мясо кур, филе рыбы, яйцо кур., лук репч., йодир. соль)	60	26,00	4,72	3,37	6,78	76,55	0,65
321	Капуста тушеная (капуста белокачанная, морковь, лук репч., слив. масло 72%, томат пюре, лим. а-та, йодир. соль, мука пшенич., сахар)	150	15,00	4,78	3,91	22,92	145,99	70,41
342	Компот из свеж.яблок и с/м ягод (смородина) (яблоко св., смородина черн.с/м., сахар)	200	10,00	0,20	0,17	27,89	115,15	16,03
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:	665	73,60	21,63	20,21	100,20	628,52	97,32
	Всего:	1205	132,70	43,05	39,70	190,21	1 251,93	206,01
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

М.И. Шмелева

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

Председатель ред. комитета
 Михайлова О.А. [подпись]
 Меню на "19" ноября" 2021г
 Возрастная категория с 12 лет и старше

Согласовано
 ГБОУ СОШ № 10
 Директор [подпись]

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			Витамины	
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал	С, мг
Завтрак								
251	Салат "Степной" из разных овощей (картофель, морковь, лук репч., огурец консервиров., зел. горошек консерв., раст. масло, йодир. соль)	25	6,00	0,35	1,54	1,82	21,95	4,89
251	Поджарка из свинины (свинина мякоть, лук репч., томат, соус, раст. масло, йодир. соль)	35/15	41,00	10,94	10,35	2,40	146,69	3,80
309	Каша пшеничная рассыпчатая (крупа пшеничная, сл. масло 72%, йодир. соль)	150	8,00	6,93	5,11	37,90	228,87	0,00
388	Напиток из плодов шиповника (плоды шиповника суш., сахар, лимон. кислот.)	200	12,00	0,68	0,28	20,76	88,20	100,00
ПР	Хлеб пшеничный / ржаной (мука пшеничная, рисовая, дрожжи, соль йодир.)	25/25	3,00	3,38	0,53	24,43	115,93	0,00
	Итого:	485	70,00	22,28	17,81	87,31	601,64	108,69
Обед								
113/114	Суп-лапша домашняя на бульоне из мяса цыплят, зеленью (лапша домашняя - мука пшенич., яйца кур., йодир. соль, морковь, лук репч., масло растит., мясо кур., укроп зелень, вод. соль)	250	25,00	9,18	14,36	19,71	192,03	12,79
98.06	Котлета мясо-рыбная "Веста" (мясо кур, филе рыбы, яйцо кур., лук репч., йодир. соль)	60	26,00	4,72	3,37	6,78	76,55	0,65
312	Капуста тушеная (капуста белокочанная, морковь, лук репч., слив. масло 72%, томат пюре, лим. к-та, йодир. соль, мука пшенич, сахар)	140	14,00	3,36	4,24	14,27	110,76	70,41
389	Компот из свеж.яблок и с/м ягод (смородина) (яблоко св., смородина черн с/м, сахар)	200	10,00	0,20	0,17	27,89	115,15	16,03
ПР	Хлеб пшеничный / ржаной (мука пшеничная, рисовая, дрожжи, соль йодир.)	30/20	3,10	3,49	0,52	24,37	116,12	0,00
	Итого:	700	78,10	20,95	22,66	93,02	610,61	99,88
	Всего:	1265	148,10	43,23	40,47	180,33	1212,25	208,57

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

[подпись] [подпись]

Утверждаю

*Председатель ред. комитета
Михайлова Ю. Я.*

Согласовано

МУП "Школьное питание" г.о.Жигулевск

ГБОУ СО(О)ОН № 10

Директор Т.П.Олисова

Меню на " 19 " ноября " 2021г

Директор *[подпись]*

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								
25	Салат "Степной" из разных овощей (картофель, морковь, лук репч., огурец консервиров., зел. горошек консе., раст. масло, йодир. соль)	60	7,00	0,88	3,71	4,58	53,74	4,89
251	Поджарка из свинины (свинина мякоть, лук репч., томат. соус, раст. масло, йодир. соль)	30/15	30,00	9,44	9,87	2,40	136,48	3,80
302	Каша пшеничная рассыпчатая (крупа пшеничная, сл. масло 72%, йодир. соль)	150	7,00	6,93	5,11	37,90	228,87	0,00
388	Напиток из плодов шиповника (плоды шиповника суш., сахар, лимон. кислот.)	200	12,00	0,68	0,28	20,76	88,20	100,00
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:		505	59,10	21,42	19,49	90,01	623,41	108,69
Обед								
113/114	Суп-лапша домашняя на бульоне из мяса цыплят, зеленью (лапша домашняя - мука пшенич., яйцо кур., йодир. соль, морковь, лук репч., масло растит., мясо кур - варен. зелень, йод. соль)	250	25,00	9,18	14,36	19,71	192,03	12,79
98.06	Котлета мясо-рыбная "Веста" (мясо кур, филе рыбы, яйцо кур., лук репч., йодир. соль)	60	26,00	4,72	3,37	6,78	76,55	0,65
312	Капуста тушеная (капуста белокочанная, морковь, лук репч., свин. масло 72%, томат пюре, лим. к-та, йодир. соль, мука пшенич., сахар)	130	13,00	3,36	4,24	14,27	110,76	70,41
389	Компот из свеж.яблок и с/м ягод (смородина) (яблоко св., смородина черн. с/м., сахар)	200	10,00	0,20	0,17	27,89	115,15	16,03
ПР	Хлеб пшеничный / ржаной (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	20/25	2,40	3,49	0,52	24,37	116,12	0,00
Итого:		725	76,40	20,95	22,66	93,02	610,61	99,88
Всего:		1150	135,50	49,01	33,52	194,58	1 286,44	44,80

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

[подпись], *Шихина*