

Утверждаю

*присутствую
всё. Комитета
Михайлова С.А.
Али*

Согласовано

МУП "Школьное питание" г.о.Жигулевск

ГБОУ С (О)ОШ № 10

Директор Т.П.Олисова

Меню на " 20 " сентября " 2021г

Директор

Возрастная категория с 7 до 11 лет

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав				Витамины
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал	С, мг
<i>Завтрак</i>								
45	Салат из белокачанной капусты с морковью	50	5,00	0,65	1,62	3,13	29,80	5,13
256	Мясо тушеное свинина	35/30	28,00	6,88	18,31	1,66	198,25	0,49
204	Макароны отварные с сыром(спагетти)	130/15	19,00	9,90	11,65	24,95	244,59	0,00
377	Чай фруктовый (смородина)	200	4,00	0,13	0,02	15,20	62,00	0,15
ПР	Хлеб пшеничный/ ржаной	30/20	3,10	3,49	0,52	24,37	116,12	0,00
	Итого:	510	59,10	21,05	32,12	69,31	650,76	5,77
<i>Обед</i>								
82	Борщ с капустой, картофелем на бульоне из мяса цыплят, сметаной, зеленью.	200	19,00	1,44	3,94	8,75	83,00	8,54
ПР	Шницель "Золотистый" в панировке	60	27,00	9,60	6,00	1,80	99,60	0,00
305/136	Рис с овощами	130	12,00	2,84	10,09	27,92	214,23	0,07
342	Компот из свежих яблок и с/з ягод (смородина)	200	12,00	0,16	0,16	27,88	114,60	0,90
ПР	Хлеб пшеничный/ ржаной	25/25	3,60	3,38	0,53	24,43	115,93	0,00
	Итого:	640	73,60	17,42	20,72	90,78	627,36	9,51
	Всего:	1150	132,70	38,47	52,84	160,09	1 278,12	15,28

Продукты не содержат ГМО

Председитель
Роб. Комитета
Михайлова С.Ф.
С.Ф. Михайлова

МУП "Школьное питание" г.о. Жигулевск

Директор Т.П.Олисова

ГБОУ С (О)ОШ № 10

Директор

Меню на " 20 " сентября" 2021г

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							
45	Салат из белокочанной капусты с морковью	60	6,00	0,78	1,94	3,76	35,76	8,55
256	Мясо тушенное свинина	40/40	33,00	12,32	7,81	2,04	127,72	0,49
204	Макароны отварные с сыром(спагетти)	170/30	24,00	13,53	14,33	41,99	352,95	0,00
377	Чай фруктовый (смородина)	200	4,00	0,13	0,02	15,20	62,00	0,15
ПР	Хлеб пшеничный/ ржаной	25/25	3,00	3,38	0,53	24,43	115,93	0,00
	Итого:	590	70,00	30,14	24,63	87,42	694,36	9,19
	Обед							
32(2005)	Овощи консервированные (огурец порциями)	20	2,00	0,16	0,02	0,34	2,60	2,00
82	Борщ с капустой и картофелем на бульоне из мяса цыплят, сметаной	250	21,00	1,80	4,92	10,85	103,75	10,67
ПР	Шницель "Золотистый" в панировке	60	27,00	9,60	6,00	1,80	99,60	0,00
305/136	Рис с овощами	150	13,00	3,27	11,64	32,22	247,19	0,08
342	Компот из свежих яблок и с/з ягод (смородина)	200	12,00	0,16	0,16	27,88	114,60	0,90
ПР	Хлеб пшеничный/ ржаной	30/20	3,10	3,49	0,52	24,37	116,12	0,00
	Итого:	730	78,10	18,48	23,26	97,46	683,86	13,65
	Всего:	1320	148,10	48,62	47,89	184,88	1 378,22	22,84