

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

Инспектор по качеству
 Макаева Д.А.

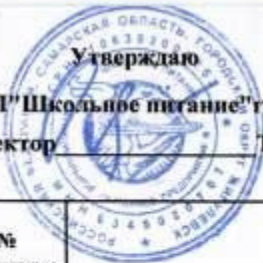
Согласовано
 ГБОУ С (О)ОШ № _____
 Директор _____

Меню на " 21 " января " 2022г

Возрастная категория с 7 до 11 лет

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
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
265	Плов из свинины (свинина мякоть, крупа рисовая, лук репч., томат., раст. масло, йодир. соль)	35/160	40,00	16,00	37,00	33,00	503,00
388	Напиток из плодов шиповника (плоды шиповника суш., сахар, лимон. кисл.)	200	12,00	0,68	0,28	20,76	88,20
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	20/20	3,20	2,70	0,42	19,54	92,74
Итого:		485	62,20	20,26	41,41	77,88	737,68
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, йод. соль)	200	19,00	8,16	12,18	15,77	163,21
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
312/321	Картофельное пюре/ Капуста тушеная (картофель, молоко 2,5 %, слив. масло 72%, йодир. соль) / (капуста белокочанная, морковь, лук репч., слив. масло 72%, томат.пюре, лим.к-та, йодир.соль, мука пшенич, сахар)	120/50	25,00	3,44	21,00	86,00	587,00
377	Чай фруктовый (с/м смородина черн.) (чай черный, сахар, смородина черн. св./мор.)	200	4,00	0,13	0,02	15,20	62,00
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/20	4,10	3,49	0,52	24,37	116,12
ПР	Десерт фруктовый (яблоко свежее порционно)	80	9,00	0,32	0,32	7,84	35,52
Итого:		760	87,10	20,26	37,41	155,96	1040,40
Всего:		1245	217,19	51,45	52,73	183,71	1912,89

Заведующий производством _____



МУП "Школа № 106 "Здоровое питание" г.о.Жигулевск
Директор Т.П.Олисова

Председатель подкомитета
Михайлова

Согласовано

ГБОУ СОУОШ № 106
Директор



Меню на " 21 " января " 2022г
Возрастная категория с 12 лет и старше

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
	Завтрак						
251	Салат "Степной" из разных овощей (картофель, морковь, лук репч., огурец консервиров., зел. горошек конс., раст. масло, йодир. соль)	60	7,00	0,88	3,71	4,58	53,74
265	Плов из свинины (свинина мякоть, крупа рисовая, лук репч., томат., раст. масло, йодир. соль)	45/150	47,00	16,00	37,00	34,00	530,00
388	Напиток из плодов шиповника (плоды шиповника суш., сахар, лимон. кисл.)	200	12,00	0,68	0,28	20,76	88,20
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	25/25	4,00	3,38	0,53	24,43	115,93
	Итого:	505	70,00	20,94	41,52	83,77	787,87
	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, йод. соль)	250	21,00	9,18	14,36	19,71	192,03
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
312/321	Картофельное пюре/ Капуста тушеная (картофель, молоко 2,5%, слив. масло 72%, йодир. соль) / (капуста белокочанная, морковь, лук репч., слив. масло 72%, томат.пюре, лим.к-та, йодир. соль, мука пшенич., сахар)	100/50	23,00	3,00	17,60	73,00	495,60
377	Чай фруктовый (с/м смородина черн.) (чай черный, сахар, смородина черн. св./леор.)	200	4,00	0,13	0,02	15,20	62,00
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/20	4,10	3,49	0,52	24,37	116,12
	Итого:	710	78,10	20,52	35,87	139,06	942,30
	Всего:	1215	148,10	41,46	77,39	222,83	1730,17

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

М.М. Михайлова

*Председатель ред. комитета
Альраишева С.А.*

Согласовано

Утверждаю
МУП "Школьное питание" г.о.Жигулевск

Директор Т.П.Олисова

Меню на "21" января" 2022г



Директор

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
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
265	Плов из свинины (свинина мякоть, крупа рисовая, лук репч., томат., раст. масло, йодир. соль)	35/160	40,00	16,00	37,00	33,00	503,00
388	Напиток из плодов шиповника (плоды шиповника суш., сахар, лимон. кисл.)	200	12,00	0,68	0,28	20,76	88,20
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	20/20	3,20	2,70	0,42	19,54	92,74
Итого:		470	62,20	20,26	41,41	77,88	737,68
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 зелена, йод. соль)	250	21,00	9,18	14,36	19,71	192,03
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
312/321	Картофельное пюре/ Капуста тушеная (картофель, молоко 2,5%, слив. масло 72%, йодир. соль) / (капуста белокочанная, морковь, лук репч., слив. масло 72%, томат.пюре, лим.к-та, йодир.соль, мука пшенич, сахар)	80/50	20,00	2,60	14,00	59,00	404,00
377	Чай фруктовый (с/м смородина черн.) (чай черный, сахар, смородина черн. св./мор.)	200	4,00	0,13	0,02	15,20	62,00
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30	2,30	2,30	0,34	16,20	77,40
Итого:		670	73,30	18,93	32,09	116,89	811,98
Всего:		1140	135,50	49,01	33,52	194,58	1 286,44

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

ММ, *ММММММ*