

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

*Председатель рев.ком-та
 Мещеряков В.А.*

Согласовано
 ГБОУ С (О)ОШ № 10
 Директор *Мещеряков В.А.*

Меню на " 21 " 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
Завтрак							
175	Каша вязкая молочная из риса и пшена со слив. маслом (крупа рисовая, пшено, молоко 2,5 %, слив. масло 72%, сахар, йодир. соль.)	150/10	20,00	4,63	8,52	25,50	198,00
243	Сосиски отварные (сосиски говяжьи)	55	30,00	5,72	11,06	0,44	124,30
378	Чай с молоком (чай черный, молоко 2,5 %, сахар)	200	6,00	1,52	1,35	15,90	81,00
ПР	Батон особый мука пшеничная, дрожжи, раст. масло, сахар, йодир. соль)	30	3,10	2,31	0,99	14,94	78,60
Дополнительная витаминизация							
338	Яблоки свежие	150	26,81	0,60	0,60	14,70	66,60
ПР	Сок фруктовый в индивидуальной упаковке	200	10,29	1,00	0,20	20,20	86,60
Итого:		795	96,20	15,78	22,72	91,68	635,10
Обед							
59	Салат из моркови с яблоками (св. морковь, яблоко, сахар)	30	5,00	0,32	0,05	2,89	13,79
102	Суп картофельный с бобовыми (горох) на бульоне из мяса цыплят, зеленью (св. картофель, горох лущеный, морковь, лук репч., раст. масло, мясо цыплят, укроп зелень, йодир. соль)	200	16,00	8,82	7,95	15,53	169,33
260	Гуляш из говядины (говядина, томат, шоре, лук репч., раст. масло, мука пшеничная, йодир. соль)	30/30	37,00	9,52	6,15	1,85	101,04
309	Макаронные изделия отварные (макарониз из пшен. муки, слив. масло 72%, йодир. соль)	130	7,00	5,80	5,01	37,05	216,72
349	Компот из смеси сухофруктов (смесь сухофруктов, сахар, лимон. кислота)	200	6,00	0,66	0,09	32,00	132,80
ПР	Хлеб пшеничный / ржаной (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	25/20	2,60	3,10	0,47	21,96	148,98
Дополнительная витаминизация							
338	Яблоки свежие	150	26,81	0,60	0,60	14,70	66,60
ПР	Сок фруктовый в индивидуальной упаковке	200	10,29	1,00	0,20	20,20	86,60
Итого:		1015	110,70	1,60	0,80	34,90	153,20
Всего:		1810	206,90	17,38	23,52	126,58	788,30

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством _____

Мещеряков В.А.

Утверждаю

МУП "Школьное питание" г.о.Жигулевск

Директор Т.П.Олисова

Александрович рас. 2011-20
Михайлова

Согласовано

ГБОУ С (О)ОШ № 10

Директор Мер

Меню на " 21 " декабря " 2021г

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							
175	Каша вязкая молочная из риса и пшен ^а со слив. маслом (крупа рисовая, пшено, молоко 2,5 %, слив. масло 72%, сахар, йодир. соль.)	160/10	21,00	4,91	11,43	27,09	231,54
243	Сосиски отварные (сосиски говяжьи)	55	30,00	5,72	11,06	0,44	124,30
378	Чай с молоком (чай черный, молоко 2,5 %, сахар)	200	6,00	1,52	1,35	15,90	81,00
ПР	Батон особый (мука пшеничная, дрожжи, раст. масло, сахар, йодир. соль)	50	4,00	3,85	1,65	2,49	131,00
ПР	Десерт фруктовый (яблоко свежее)	80	9,00	0,32	0,32	7,84	35,52
Итого:		555	70,00	16,32	25,81	53,76	603,36
Обед							
59	Салат из моркови с яблоками (св. морковь, яблоко, сахар)	30	5,00	0,32	0,05	2,89	13,79
102	Суп картофельный с бобовыми (горох) на бульоне из мяса цыплят, зеленью (св. картофель, горох лушениый, морковь, лук репч., раст. масло, мясо цыплят, укроп зелень, Йодир. соль)	250	18,00	10,01	9,06	19,42	199,67
260	Гуляш из говядины (говядина, томат. пюре, лук репч., раст. масло, мука пшеничная, йодир. соль)	30/30	37,00	9,52	6,15	1,85	101,04
309	Макаронные изделия отварные (макаронн из пшен.муки, слив.масло 72%, йодир.соль.)	150	9,00	5,80	5,01	37,05	216,72
349	Компот из смеси сухофруктов (смесь сухофруктов, сахар, лимон. кислота)	200	6,00	0,66	0,09	32,00	132,80
ПР	Хлеб пшеничный / ржаной (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/20	3,10	3,49	0,52	24,37	116,12
Итого:		740	78,10	29,80	20,88	117,58	780,14
Всего:		1295	148,10	46,12	46,69	171,34	1 383,50

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством Мер, Михайлова

Утверждаю

МУП "Школьное питание" г.о.Жигулевск

Директор Т.П.Олисова

Председатель поп. ком. № 1
Школьного питания

Согласовано

ГБОУ С (О)ОН № 10

Директор М.М.Михайлова

Меню на " 21 " 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
Завтрак							
175	Каша вязкая молочная из риса и пшена со сливочным маслом (крупа рисовая, пшено, молоко 2,5 %, слив. масло 72%, сахар, йодир. соль.)	150/10	20,00	4,63	8,52	25,50	198,00
243	Сосиски отварные (сосиски говяжьи)	55	30,00	5,72	11,06	0,44	124,30
378	Чай с молоком (чай черный, молоко 2,5 %, сахар)	200	6,00	1,52	1,35	15,90	81,00
ПР	Батон особый (мука пшеничная, дрожжи, раст. масло, сахар, йодир. соль)	30	3,10	2,31	0,99	14,94	78,60
Итого:		445	59,10	14,18	21,92	56,78	481,90
Обед							
59	Салат из моркови с яблоками (св. морковь, яблоко, сахар)	30	5,00	0,32	0,05	2,89	13,79
102	Суп картофельный с бобовыми (горох) на бульоне из мяса цыплят, зеленью (св. картофель, горох душистый, морковь, лук репч., раст. масло, мясо цыплят, укроп зелень, йодир. соль)	250	18,00	10,01	9,06	19,42	199,67
260	Гуляш из говядины (говядина, томат. пюре, лук репч., раст. масло, мука пшеничная, йодир. соль)	30/30	37,00	9,52	6,15	1,85	101,04
309	Макаронные изделия отварные (макарони из пшен муки, слив.масло 72%, йодир.соль)	130	7,00	5,80	5,01	37,05	216,72
349	Компот из смеси сухофруктов (смесь сухофруктов, сахар, лимон. кислота)	200	6,00	0,66	0,09	32,00	132,80
ПР	Хлеб пшеничный / ржаной (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	25/30	3,40	3,77	0,58	26,84	127,62
Итого:		725	76,40	30,08	20,94	120,05	791,64
Всего:		1170	135,50	44,26	42,86	176,83	1273,54

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством М.М.Михайлова