

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

*Председатель жюри конкурса  
 Михайлов Ю.А.*

Меню на " 26 " ноября " 2021г  
 Возрастная категория с 7 до 11 лет

Согласовано  
 ГБОУ СО(О)УШ № 10  
 Директор *МЦ*

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			Витамины	
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал	С, мг
<b>Завтрак</b>								
32	Овощи консервированные (огурец порционно) (огурец, лимон. кисл., йодир. соль)	25	3,00	0,20	0,03	0,43	3,25	1,25
290/330	Грудка куриная (филе) в сметанном соусе (мясо кур., сметана 15%, сл.масло 72%, йодир. соль)	30/50	29,00	0,71	3,91	3,10	50,76	0,05
304	Рис отварной (крупа рисовая, слив. масло 72%, йодир. соль)	150	12,00	3,81	6,11	40,01	230,31	0,00
342	Компот из свеж.яблок и с/м ягод (смородина) (яблоко св., смородина черн с/м., сахар)	200	12,00	0,20	0,17	27,89	115,15	16,03
ПР	Хлеб пшеничный / ржаной (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/20	3,10	3,49	0,52	24,37	116,12	0,00
	<b>Итого:</b>	<b>505</b>	<b>59,10</b>	<b>8,41</b>	<b>10,74</b>	<b>95,80</b>	<b>515,59</b>	<b>17,33</b>
<b>Дополнительная витаминизация</b>								
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
	<b>Итого:</b>	<b>168</b>	<b>37,10</b>	<b>6,40</b>	<b>8,78</b>	<b>21,41</b>	<b>187,25</b>	<b>0,00</b>
<b>Обед</b>								
45	Салат из белокочанной капусты с морковью (б/к капуста, морк., лук репч., раст. масло, сахар, йодир. соль, лимон. кислота)	30	4,00	0,47	1,53	2,82	27,18	18,07
108/109	Суп картофельный с клецками на бульоне из мяса цыплят, зеленью (картофель, морковь, лук репч., мясо кур., пшен. мука, яйцо кур., раст. масло, укроп зелень, йодир. соль)	200	17,00	7,38	7,59	19,19	174,98	11,20
ПР/331	Тефтели из мяса индейки с соусом (филе индейки, крупа рис, яйцо кур., лук репч., йодир. соль, соус-томат. пюре, сметана 15%, мука пшенич., йодир. соль)	90/25	33,00	1,84	1,14	4,80	200,09	0,51
309	Макаронные изделия отварные (макарон из пшени. муки, сл.масло 72%, йодир. соль)	130	7,00	5,03	4,32	32,11	187,82	0,00
646	Напиток лимонный (лимон св., сахар)	200	9,00	0,14	0,02	24,43	101,20	6,40
ПР	Хлеб пшеничный / ржаной (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/25	3,60	3,77	0,58	26,84	127,62	0,00
	<b>Итого:</b>	<b>730</b>	<b>73,60</b>	<b>18,63</b>	<b>15,18</b>	<b>110,19</b>	<b>818,89</b>	<b>36,18</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1235</b>	<b>132,70</b>	<b>27,04</b>	<b>25,92</b>	<b>205,99</b>	<b>1334,48</b>	<b>53,51</b>
<b>Дополнительная витаминизация</b>								
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
	<b>Итого:</b>	<b>168</b>	<b>37,10</b>	<b>6,40</b>	<b>8,78</b>	<b>21,41</b>	<b>187,25</b>	<b>0,00</b>

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством *МЦ*

Утверждаю

МУП "Школьное питание" г.о.Жигулевск

Директор Т.П.Олисова

Председатель жюри конкурса  
Михайлова Ч.А.

Согласовано

ГБОУ С (О)ОН № 10

Директор

Меню на " 26 " ноября " 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
<b>Завтрак</b>								
32	Овощи консервированные (огурец порционно) (огурец, лимон. кислота, йодид соли)	25	3,00	0,20	0,03	0,43	3,25	1,25
290/330	Грудка куриная (филе) в сметанном соусе (мясо кур., сметана 15%, слив. масло 72%, йодид соли)	50/50	39,00	0,81	3,92	3,48	52,84	0,05
304	Рис отварной ( крупа рисовая, слив. масло 72%, йодид соли)	160	13,00	4,07	6,52	42,68	245,66	0,00
342	Компот из свежяблок и с/м ягод (смородина) (яблоко св., смородина черн.с/м., сахар)	200	12,00	0,20	0,17	27,89	115,15	16,03
ПР	Хлеб пшеничный / ржаной ( мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодид.)	25/25	3,00	3,38	0,53	24,43	115,93	0,00
	<b>Итого:</b>	<b>535</b>	<b>70,00</b>	<b>8,66</b>	<b>11,17</b>	<b>98,91</b>	<b>532,83</b>	<b>17,33</b>
<b>Обед</b>								
45	Салат из белокочанной капусты с морковью (б/к капуста, морк., лук репч., раст. масло, сахар, йодид соли, лимон. кислота)	50	6,00	0,78	2,54	4,7	45,3	18,07
108/109	Суп картофельный с клецками на бульоне из мяса цыплят, зеленью (картофель, морковь, лук репч., мясо кур., пшен. мука, яйцо кур., раст. масло, укроп зелень, йодид соли)	250	21,00	8,19	8,61	23,94	206,44	13,50
ПР/331	Тефтели из мяса индейки с соусом (филе индейки, крупа рис, яйцо кур., лук репч., йодид соли, соус- томат. пюре, сметана 15%, мука пшенич., йодид соли)	90/25	37,00	1,84	1,14	4,80	200,09	0,51
309	Макаронные изделия отварные (макаронны из пшен.муки, слив. масло 72%, йодид соли)	150	8,00	5,80	5,01	37,05	216,72	0,00
376	Чай с сахаром ( чай черный, сахар)	200	3,00	0,07	0,02	15,00	60,00	0,03
ПР	Хлеб пшеничный / ржаной ( мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодид.)	30/20	3,10	3,49	0,52	24,37	116,12	0,00
	<b>Итого:</b>	<b>815</b>	<b>78,10</b>	<b>20,17</b>	<b>17,84</b>	<b>109,86</b>	<b>844,67</b>	<b>32,11</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1350</b>	<b>148,10</b>	<b>28,83</b>	<b>29,01</b>	<b>208,77</b>	<b>1 377,50</b>	<b>49,44</b>

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

*Михайлова Ч.А.*, *Михайлова Ч.А.*

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

*Председатель ред. комитета*  
*Михайлова Ч.А.*

Согласовано  
 ГБОУ С (О)ОШ № 10  
 Директор *Шва*

Меню на " 26 " ноября " 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			Витамины	
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал	С, мг
<b>Завтрак</b>								
32	Овощи консервированные (огурец порционно) (огурец, лимон. кисл., йодир. соль)	25	3,00	0,20	0,03	0,43	3,25	1,25
290/330	Грудка куриная (филе ) в сметанном соусе (мясо кур., сметана 15%, сл.масло 72%, йодир. соль)	30/50	29,00	0,71	3,91	3,10	50,76	0,05
304	Рис отварной ( крупа рисовая, слив. масло 72%, йодир. соль)	150	12,00	3,81	6,11	40,01	230,31	0,00
342	Компот из свеж.яблок и с/м ягод (смородина) (яблоко св., смородина черн.с/м., сахар)	200	12,00	0,20	0,17	27,89	115,15	16,03
ПР	Хлеб пшеничный / ржаной ( мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/20	3,10	3,49	0,52	24,37	116,12	0,00
	<b>Итого:</b>	<b>505</b>	<b>59,10</b>	<b>8,41</b>	<b>10,74</b>	<b>95,80</b>	<b>515,59</b>	<b>17,33</b>
<b>Обед</b>								
45	Салат из белокочанной капусты с морковью (б/к капуста, морк., лук репч., раст. масло, сахар, йодир.соль, лимон. кислота)	50	6,00	0,78	2,54	4,7	45,3	18,07
108/109	Суп картофельный с клецками на бульоне из мяса цыплят, зеленью (картофель, морковь, лук репч.,мясо кур., пшен. мука, яйцо кур., раст.масло,укроп зелень, йодир. соль)	250	20,00	8,19	8,61	23,94	206,44	13,50
ПР/331	Тефтели из мяса индейки с соусом (филе индейки, крупа рис, яйцо кур., лук репч., йодир. соль, соус- томат, пюре, сметана 15%, мука пшенич., йодир.соль)	90/25	37,00	1,84	1,14	4,80	200,09	0,51
309	Макаронные изделия отварные (макароны из пшен.муки, слив.масло 72%, йодир.соль)	150	8,00	5,80	5,01	37,05	216,72	0,00
376	Чай с сахаром ( чай черный, сахар)	200	3,00	0,07	0,02	15,00	60,00	0,03
ПР	Хлеб пшеничный / ржаной ( мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	20/25	2,40	3,49	0,52	24,37	116,12	0,00
	<b>Итого:</b>	<b>815</b>	<b>76,40</b>	<b>20,17</b>	<b>17,84</b>	<b>109,86</b>	<b>844,67</b>	<b>32,11</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1320</b>	<b>135,50</b>	<b>28,58</b>	<b>28,58</b>	<b>205,66</b>	<b>1 360,26</b>	<b>49,44</b>

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

*Шва*, *Шва*