

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



Продержать под контролем
Михайлова С.А. С.А.

Согласовано
 ГБОУ СО(О)ОШ № 10
 Директор *Ш*

Меню на " 27 " 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							
32	Овощи консервированные (огурец порц.) (огурец, лимон. кисл., йодир. соль)	20	2,00	0,16	0,02	0,34	2,60
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
305/136	Рис с овощами (крупа рисовая, морковь, лук репч., раст. масло, слив. масло, йодир. соль)	150	15,00	3,55	11,68	33,82	255,18
377	Чай с сахаром (чай черный, сахар)	200	3,00	0,07	0,02	15,00	60,00
ПР	Хлеб пшеничный / ржаной (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	20/20	2,10	2,70	0,42	19,54	92,74
Дополнительная витаминизация							
ПР	Сок фруктовый в индивидуальной упаковке	400	37,1	2,00	0,40	40,40	173,20
	Итого:	870	96,20	17,84	18,67	110,61	682,16
Обед							
95	Рассольник домашний на бульоне из цыплят (картофель, огурцы консервир., морк., лук репч., мясо кур., масло растит., сметана 15%, укроп зелень, йодир. соль)	200	19,00	7,12	12,20	12,63	158,35
ПР/331	Тефтели мясные с соусом (мясо, крупа рисовая, яйцо кур., лук репч., соус- томат. пюре, сметана 15%, мука пшенич., йодир. соль)	90/25	35,00	1,84	1,14	4,80	200,09
309	Макаронные изделия отварные (макароны из пшен. муки, слив. масло 72%, йодир. соль)	130	8,00	5,03	4,35	32,11	187,82
1041	Напиток из цитрусовых (лимон св., сахар)	200	8,00	0,17	0,03	25,08	103,00
ПР	Хлеб пшеничный / ржаной (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/25	3,60	3,77	0,57	26,84	127,61
Дополнительная витаминизация							
ПР	Сок фруктовый в индивидуальной упаковке	400	37,1	2,00	0,40	40,40	173,20
	Итого:	1100	110,70	19,93	18,69	141,86	950,07
	Всего	1506	206,90	37,77	37,36	252,47	1632,23

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

Ш = *Шинкина*

Утверждаю

МУП "Школьное питание" г.о.Жигулевск

Директор Т.П.Олисова

*Прессататьев ред. комитета
Олисова Т.П.*

Согласовано

ГБОУ С (О)ОШ № 10

Директор Ильин

Меню на " 27 " 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							
32	Овощи консервированные (огурец порц.) (огурец, лимон. кисл., йодир соль)	20	2,00	0,16	0,02	0,34	2,60
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
305/136	Рис с овощами (крупа рисовая, морковь, лук репч., раст. масло, слив. масло, йодир. соль)	110	13,00	3,07	10,12	29,31	221,16
377	Чай с сахаром (чай черный, сахар)	200	3,00	0,07	0,02	15,00	60,00
ПР	Хлеб пшеничный / ржаной (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	20/20	2,10	2,70	0,42	19,54	92,74
	Итого:	470	59,10	15,36	16,71	65,70	474,94
Обед							
95	Рассольник домашний на бульоне из цыплят (картофель, огурцы консервир., морк., лук репч., мясо кур.,масло растит., сметана 15%, укроп зелень, йодир.соль)	250	21,00	7,80	13,99	15,67	181,73
ПР/331	Тефтели мясные с соусом (мясо, крупа рисовая, яйцо кур., лук репч., соус- томат. пюре, сметана 15%, мука пшенич., йодир.соль)	90/25	35,00	1,84	1,14	4,80	200,09
309	Макаронные изделия отварные (макароны из пшен.муки, слив.масло 72%, йодир.соль)	150	9,00	5,80	5,01	37,05	216,72
1041	Напиток из цитрусовых (лимон св., сахар)	200	8,00	0,17	0,03	25,08	103,00
ПР	Хлеб пшеничный / ржаной (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	25/30	3,40	3,77	0,58	26,84	127,62
	Итого:	775	76,40	19,38	20,75	109,44	829,16
	Всего:	1245	135,50	34,74	37,46	175,14	1304,10

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

Ильин, Шилица

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

Председатель ред. комитета
 Михайлова Т.А.

Согласовано
 ГБОУ С (О)ОШ № 10
 Директор

Меню на " 27" 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						
32	Овощи консервированные (огурец порц.) (огурец, лимон. кисл., йодир. соль)	20	2,00	0,16	0,02	0,34	2,60
260	Гуляш из говядины (говядина, томат. пюре, лук репч., раст. масло, мука пшеничная, йодир. соль)	35/50	47,00	11,00	6,68	1,85	112,00
305/136	Рис с овощами (крупа рисовая, морковь, лук репч., раст. масло, слив. масло, йодир. соль)	150	15,00	3,55	11,68	33,82	255,18
377	Чай с сахаром (чай черный, сахар)	200	3,00	0,07	0,02	15,00	60,00
ПР	Хлеб пшеничный / ржаной (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	25/25	3,00	3,38	0,53	24,43	115,93
	Итого:	505	70,00	18,00	18,91	75,10	543,11
	Обед						
95	Рассольник домашний на бульоне из цыплят (картофель, огурцы консервир., морк., лук репч., мясо кур.,масло растит., сметана 15%, укроп зелень, йодир. соль)	250	21,00	7,80	13,99	15,67	181,73
ПР/331	Тефтели мясные с соусом (мясо, крупа рисовая, яйцо кур., лук репч., соус- томат. пюре, сметана 15%, мука пшенич., йодир. соль)	90/25	35,00	1,84	1,14	4,80	200,09
309	Макаронные изделия отварные (макароны из пшен. муки, слив.масло 72%, йодир. соль)	170	11,00	6,50	5,60	42,00	245,00
1041	Напиток из цитрусовых (лимон св., сахар)	200	8,00	0,17	0,03	25,08	103,00
ПР	Хлеб пшеничный / ржаной (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/20	3,10	3,49	0,52	24,37	116,12
	Итого:	775	78,10	19,80	21,28	111,92	845,94
	Всего:	1355	148,10	37,80	40,19	187,02	1 389,05

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

Михайлова Т.А., *Михайлова Т.А.*