



*Индексатор
ред. кашкета
Михайлова С.А.*

Меню на " 30 " сентября " 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
Завтрак								
27	Салат из свежих помидор с болгарским перцем	30	6,00	0,55	3,03	1,87	37,05	16,80
260	Гуляш из говядины	25/30	30,00	8,73	10,07	1,73	132,60	0,50
304	Рис отварной	130	10,00	3,81	6,11	40,01	230,31	0,00
388	Напиток из плодов шиповника	200	10,00	0,66	0,28	20,80	88,20	100,00
ПР	Хлеб пшеничный/ ржаной	30/20	3,10	3,49	0,52	24,37	116,12	0,00
	Итого:	465	59,10	17,24	20,01	88,78	604,28	117,30
Обед								
106/107	Суп картофельный с рыбными фрикадельками	250/20	25,00	10,30	3,06	18,80	166,14	1,37
258	Мясо духовое (свинина)	30/140	36,00	11,58	10,49	19,73	220,05	5,35
376	Чай с сахаром	200	3,00	0,07	0,02	15,00	60,00	0,03
ПР	Хлеб пшеничный/ ржаной	25/30	3,40	3,49	0,52	24,37	116,12	0,00
338	Десерт фруктовый (яблоко)	80	9,00	0,40	0,40	9,80	47,00	8,00
	Итого:	775	76,40	25,84	14,49	87,70	609,31	14,75
	Всего:	1240	135,50	43,08	34,50	176,48	1213,59	132,05

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

МШ, Мишкевич

Утверждаю

МУП "Школьное питание" г.о.Жигулевск

Директор _____ Т.П.Олисова

*Председатель
ред. комитета
Михайлова С.А.*

Меню на " 30 " сентября" 2021г

Согласовано

ГБОУ С (О)ОШ № 10

Директор _____



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
	<i>Завтрак</i>							
27	Салат из свежих помидоров со сладким перцем	50	10	0,55	3,00	1,87	37,00	28,00
260	Гуляш из говядины	30/30	35	8,73	10,07	1,73	132,60	0,84
304	Рис отварной	150	12	3,81	6,11	40,01	230,31	0,00
388	Напиток из плодов шиповника	200	10	0,66	0,28	20,80	88,20	100,00
ПР	Хлеб пшеничный/ ржаной	25/25	2,10	3,38	0,53	24,43	115,93	0,00
	Итого:	510	69,10	17,13	19,99	88,84	604,04	128,84
	<i>Обед</i>							
106/107	Суп картофельный с рыбными фрикадельками	250/20	25,00	10,30	3,06	18,80	166,14	1,37
258	Мясо духовое (свинина)	30/150	38,00	11,58	10,49	19,73	220,05	5,35
376	Чай с сахаром	200	3,00	0,07	0,02	15,00	60,00	0,03
ПР	Хлеб пшеничный/ ржаной	30/20	3,10	3,49	0,52	24,37	116,12	0,00
338	Десерт фруктовый (яблоко)	80	9,00	0,40	0,40	9,80	47,00	8,00
	Итого:	780	78,10	25,84	14,49	87,70	609,31	14,75
	Всего:	1290	147,20	42,97	34,48	176,54	1 213,35	143,59

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством _____

М.М.Михайлова



МУП "Школьное питание" г. Жигулевск

Директор Т.П.Олисова

Заведующий
Людмила Николаевна
Викторова С.В.

Согласовано

ГБОУ С (О)ОШ № 10

Директор

Меню на " 30 " сентября" 2021г

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
	Завтрак							
27	Салат из свежих помидор с болгарским перцем	30	6,00	0,55	3,03	1,87	37,05	16,80
260	Гуляш из говядины	25/30	30,00	8,73	10,07	1,73	132,60	0,50
304	Рис отварной	130	10,00	3,81	6,11	40,01	230,31	0,00
388	Напиток из плодов шиповника	200	10,00	0,66	0,28	20,80	88,20	100,00
ПР	Хлеб пшеничный/ ржаной	30/20	3,10	3,49	0,52	24,37	116,12	0,00
	Итого:	465	59,10	17,24	20,01	88,78	604,28	117,30
	Обед							
106/107	Суп картофельный с рыбными фрикадельками	200/20	23,00	9,82	2,47	15,17	144,35	1,10
258	Мясо духовое (свинина)	30/140	36,00	11,38	9,98	18,32	208,95	5,05
376	Чай с сахаром	200	3,00	0,07	0,02	15,00	60,00	0,03
ПР	Хлеб пшеничный/ ржаной	25/20	2,60	3,10	0,47	21,96	104,43	0,00
338	Десерт фруктовый (яблоко)	80	9,00	0,40	0,40	9,80	47,00	8,00
	Итого:	715	73,60	24,77	13,34	80,25	564,73	14,18
	Всего:	1180	132,70	42,01	33,35	169,03	1 169,01	131,48

Заведующий производством

Людмила Николаевна Викторова