

Утверждаю

МУП "Школьное питание" г.о. Жигулевск

Директор Т.П.Олисова

Согласовано

ГБОУ С (О)ОШ № 10

Директор

Меню на " 17" февраля 2022 г.

Возрастная категория с 7 до 11 лет

| № рецептур | Наименование блюда | Выход, г | Цена, руб | Химический состав | | | |
|----------------|--|-------------|---------------|-------------------|--------------|---------------|----------------|
| | | | | белки, г | жиры, г | углеводы, г | ЭЦ, ккал |
| Завтрак | | | | | | | |
| 256 | Мясо тушеное (свинина) (свинина мякоть, морковь, лук репч., раст. масло, томат. соус, пшеничн. мука, йодир. соль) | 45/40 | 40,00 | 12,32 | 7,81 | 2,01 | 127,72 |
| 302 | Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, сл. масло 72%, йодир. соль) | 140 | 16,00 | 8,42 | 6,42 | 38,09 | 241,90 |
| 376 | Чай с сахаром (чай черный, сахар) | 200 | 3,00 | 0,07 | 0,02 | 15,00 | 60,00 |
| ПР | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.) | 20/20 | 3,20 | 2,70 | 0,42 | 19,54 | 92,74 |
| Итого: | | 465 | 62,20 | 23,51 | 14,67 | 74,64 | 522,36 |
| Обед | | | | | | | |
| 25 | Салат "Степной" из разных овощей (картофель, морковь, лук репч., огурец консервиров., зел. горошек консерв., раст. масло, йодир. соль) | 100 | 11,00 | 1,50 | 6,00 | 7,60 | 32,00 |
| 99 | Суп овощной на бульоне из мяса цыплят, зеленью (б/к капуста, картофель, лук репч., морковь, мясо кур., зел. горошек консерв., раст. масло, укроп зеленый, сметана 15%, йодир. соль, лавр. лист) | 200 | 19,00 | 6,93 | 12,33 | 9,68 | 142,77 |
| 265 | Плов из свинины (свинина постная мякоть, крупа рисовая, морковь, лук репч., раст. масло, соль йодир.) | 45/150 | 47,00 | 16,00 | 36,00 | 33,00 | 517,00 |
| 349 | Компот из сухофруктов (смесь сухофруктов, сахар) | 200 | 6,00 | 0,66 | 0,09 | 32,00 | 132,80 |
| ПР | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.) | 30/20 | 4,10 | 3,49 | 0,52 | 24,37 | 116,12 |
| Итого: | | 745 | 87,10 | 28,58 | 54,94 | 106,65 | 940,69 |
| Всего: | | 1210 | 149,30 | 52,09 | 69,61 | 181,29 | 1463,05 |

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

Подпись

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

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

Меню на " 17" февраля 2022 г.

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 | | | | | | | |
| 256 | Мясо тушеное (свинина) (свинина мякоть, морковь, лук репч., раст. масло, томат. соус, пшенич. мука, йодир. соль) | 50/50 | 47,00 | 20,57 | 13,04 | 3,36 | 213,29 |
| 302 | Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, сл. масло 72%, йодир. соль) | 140 | 16,00 | 8,42 | 6,42 | 38,09 | 241,90 |
| 376 | Чай с сахаром (чай черный, сахар) | 200 | 3,00 | 0,07 | 0,02 | 15,00 | 60,00 |
| ПР | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.) | 25/25 | 4,00 | 3,38 | 0,53 | 24,43 | 115,93 |
| | Итого: | 490 | 70,00 | 32,44 | 20,01 | 80,88 | 631,12 |
| Обед | | | | | | | |
| 99 | Суп овощной на бульоне из мяса цыплят, зеленью (б/к капуста, картофель, лук репч., морковь, мясо кур, зел. горошек консерв., раст. масло, укроп зелень, сметана 15%, йодир. соль, лавр. лист) | 250 | 21,00 | 7,58 | 14,17 | 12,01 | 162,41 |
| 265 | Плов из свинины (свинина постная мякоть, крупа рисовая, морковь, лук репч., раст. масло, соль йодир.) | 45/150 | 47,00 | 16,00 | 36,00 | 33,00 | 517,00 |
| 349 | Компот из сухофруктов (смесь сухофруктов, сахар) | 200 | 6,00 | 0,66 | 0,09 | 32,00 | 132,80 |
| ПР | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.) | 30/20 | 4,10 | 3,49 | 0,52 | 24,37 | 116,12 |
| | Итого: | 695 | 78,10 | 27,73 | 50,78 | 101,38 | 928,33 |
| | Всего: | 1185 | 148,10 | 60,17 | 70,79 | 182,26 | 1 559,45 |

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством *Ирина Васильевна*

Утверждаю

МУП "Школьное питание" г.о.Жигулевск

Директор Т.П.Олисова

Согласовано
ГБОУ С (О)ОШ № 10

Директор *Мас*

Меню на " 17" февраля 2022 г.

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 | | | | | | | |
| 256 | Мясо тушеное (свинина) (свинина мякоть, морковь, лук репч., раст. масло, томат. соус, пшеничи мука, йодир. соль) | 45/40 | 40,00 | 12,32 | 7,81 | 2,01 | 127,72 |
| 302 | Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, сл. масло 72%, йодир. соль) | 140 | 16,00 | 8,42 | 6,42 | 38,09 | 241,90 |
| 376 | Чай с сахаром (чай черный, сахар) | 200 | 3,00 | 0,07 | 0,02 | 15,00 | 60,00 |
| ПР | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.) | 20/20 | 3,20 | 2,70 | 0,42 | 19,54 | 92,74 |
| Итого: | | 465 | 62,20 | 23,51 | 14,67 | 74,64 | 522,36 |
| Обед | | | | | | | |
| 25 | Салат "Степной" из разных овощей (картофель, морковь, лук репч., огурец консервиров., зел. горошек консерв., раст. масло, йодир. соль) | 100 | 11,00 | 1,50 | 6,00 | 7,60 | 32,00 |
| 99 | Суп овощной на бульоне из мяса цыплят, зеленью (б/к капуста, картофель, лук репч., морковь, мясо кур., зел. горошек консерв., раст. масло, укроп зелень, сметана 15%, йодир. соль, лавр. лист) | 200 | 19,00 | 6,93 | 12,33 | 9,68 | 142,77 |
| 265 | Плов из свинины (свинина постная мякоть, крупа рисовая, морковь, лук репч., раст. масло, соль йодир.) | 45/150 | 47,00 | 16,00 | 36,00 | 33,00 | 517,00 |
| 349 | Компот из сухофруктов (смесь сухофруктов, сахар) | 200 | 6,00 | 0,66 | 0,09 | 32,00 | 132,80 |
| ПР | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.) | 30/20 | 4,10 | 3,49 | 0,52 | 24,37 | 116,12 |
| Итого: | | 745 | 87,10 | 28,58 | 54,94 | 106,65 | 940,69 |
| Всего: | | 1210 | 149,30 | 52,09 | 69,61 | 181,29 | 1463,05 |

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

Иванов