

Утверждено  
 МУП "Школьное питание" с.о. Жигулевск  
 Директор: Т.П.Олисова

Меню на "17" марта" 2022г  
 Возрастная категория с 7 до 11 лет

Согласовано  
 ГБОУ СО(О)ОШ № 10  
 Директор: *Михаил*

4 день цикла меню

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			ЭЦ, ккал
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	
<b>Завтрак</b>							
32	Овощи консервированные (огурец порционный) <small>(огурец, лимон. кисл., йодир соль)</small>	15	2,00	0,12	0,02	0,25	1,95
229	Рыба, тушеная в томате с овощами <small>(филе минтая, морковь, лук реп., томат паста, раст. масло)</small>	50/50	32,00	10,00	5,00	3,80	105,00
312	Картофельное пюре <small>(картофель, молоко 2,5 %, слив. масло 72%, йодир. соль)</small>	150	22,00	3,00	4,80	20,00	137,00
376	Чай с сахаром <small>(чай черный, сахар)</small>	200	3,00	0,07	0,02	15,00	60,00
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный <small>(мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)</small>	20/20	3,20	2,90	0,82	17,90	89,00
	<b>Итого:</b>	<b>505</b>	<b>62,20</b>	<b>16,09</b>	<b>10,66</b>	<b>56,95</b>	<b>392,95</b>
<b>Обед</b>							
42	Салат картофельный с солеными огурцами и зеленым горошком <small>(картофель, огурцы в лим. заливке, горошек зел. коне., лук реп., масло растит.)</small>	50	9,00	0,90	3,00	4,60	49,80
103	Суп картофельный с вермишелью на бульоне из мяса цыплят, зеленью <small>(картофель п/ф., макарон. издел., морк., лук репч., мясо кур, масло раст., лимон. кислота, йодир. соль)</small>	200	20,00	6,42	5,88	16,74	145,95
290/330	Грудка куриная (филе) в сметанном соусе <small>(мясо кур., сметана 15%, сл.масло 72%, йодир.соль)</small>	40/50	35,00	12,00	9,75	2,60	147,60
321	Капуста тушеная <small>(капуста белокочанная, морковь, лук репч., слив. масло 72%, томат пюре, лим.к-та, йодир.соль, мука пшенич, сахар)</small>	130	15,00	2,70	4,20	12,20	97,63
377	Чай фруктовый (смородина черн.) <small>(чай черный, сахар, смородина черн. с/м.)</small>	200	4,00	0,13	0,02	15,20	62,00
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный <small>(мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.) /</small>	30/20	4,10	3,49	0,88	22,00	109,00
	<b>Итого:</b>	<b>720</b>	<b>87,10</b>	<b>25,64</b>	<b>23,73</b>	<b>73,34</b>	<b>611,98</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1225</b>	<b>149,30</b>	<b>41,73</b>	<b>34,39</b>	<b>130,29</b>	<b>1004,93</b>

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

*Михаил*, *Михаил*

Утверждаю

Согласовано

МУП "Школьное питание" г.о.Жигулевск

ГБОУ С (О)ОШ № 10

Директор Т.П.Олисова

Меню на " 17" марта" 2022г

Директор *Ильин*

Возрастная категория с 12 лет и старше

4 день цикл меню

рециркуля	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
<b>Завтрак</b>							
229	Рыба, тушеная в томате с овощами (филе минтая, морковь, лук репч., томат паста, раст.масло)	50/50	32,00	10,00	5,00	3,80	105,00
312	Картофельное пюре (картофель, молоко 2,5%, слив. масло 72%, йодир.соль)	150	22,00	3,00	4,80	20,00	137,00
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.)	30/25	4,60	3,55	0,60	22,55	110,00
ПР	Пирожок с фруктовой начинкой	50	14,00	2,85	2,70	41,80	123,10
	<b>Итого:</b>	<b>565</b>	<b>75,60</b>	<b>19,47</b>	<b>13,12</b>	<b>103,15</b>	<b>535,10</b>
<b>Обед</b>							
42	Салат картофельный с солеными огурцами и зеленым горошком (картофель, огурцы в лим. заливке, горошек зел. конс., лук репч., масло растит.)	30	5,00	0,54	1,80	2,76	30,00
103	Суп картофельный с вермишелью на бульоне из мяса цыплят, зеленью (картофель п/ф, макарон. издел., морк., лук репч., мясо кур, масло раст., укроп зелень, йодир. соль)	250	21,30	7,00	6,47	20,89	170,28
290/330	Грудка куриная (филе) в сметанном соусе (мясо кур., сметана 15%, сл.масло 72%, йодир.соль)	40/50	35,00	12,00	9,75	2,60	147,60
321	Капуста тушеная (капуста белокочанная, морковь, лук репч., слив. масло 72%, томат паста, лим.к-та, йодир.соль, мука пшениц, сахар)	130	15,00	2,70	4,20	12,20	97,63
377	Чай фруктовый (смородина черн.) (чай черный, сахар, смородина черн. с/м.)	200	4,00	0,14	0,02	24,43	101,21
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/20	4,10	3,49	0,88	22,00	109,00
	<b>Итого:</b>	<b>750</b>	<b>84,40</b>	<b>25,87</b>	<b>23,12</b>	<b>84,88</b>	<b>655,72</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1315</b>	<b>160,00</b>	<b>45,34</b>	<b>36,24</b>	<b>188,03</b>	<b>1190,82</b>

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

*Ильин*, *Шинкина*

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

Меню на " 17" марта" 2022г

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

ОВЗ. Возрастная категория с 7 до 11 лет. Возрастная категория с 12 лет и старше

4 день цикл. меню

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
<b>Завтрак</b>							
32	Овощи консервированные (огурец порционно) (огурец, лимон. кисл., йодир соль)	15	2,00	0,12	0,02	0,25	1,95
229	Рыба, тушеная в томате с овощами (филе минтая, морковь, лук реп., томат паста, раст.масло)	50/50	32,00	14,59	5,29	9,46	164,55
312	Картофельное пюре (картофель, молоко 2,5%, слив. масло 72%, йодир соль)	150	22,00	3,00	4,80	20,00	137,00
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	2,90	0,82	17,90	89,00
	<b>Итого:</b>	<b>505</b>	<b>62,20</b>	<b>20,68</b>	<b>10,95</b>	<b>62,61</b>	<b>452,50</b>
<b>Обед</b>							
42	Салат картофельный с солеными огурцами и зеленым горошком (картофель, огурцы в лим. заливке, горошек зел. конс., лук реп., масло растит.)	50	9,00	0,90	3,00	4,60	49,80
103	Суп картофельный с вермишелью на бульоне из мяса цыплят, зеленью (картофель п/ф, макарон. издел., морк., лук реп., мясо кур, масло раст.,)	200	20,00	6,42	5,88	16,74	145,95
290/330	Грудка куриная (филе) в сметанном соусе (мясо кур., сметана 15%, сл.масло 72%, йодир соль)	40/50	35,00	12,00	9,75	2,60	147,60
321	Капуста тушеная (капуста белокочанная, морковь, лук реп., слив. масло 72%, томат пюре, лим.к-та, йодир соль, мука пшенич, сахар)	130	15,00	2,70	4,20	12,20	97,63
377	Чай фруктовый (смородина черн.) (чай черный, сахар, смородина черн. с/м.)	200	4,00	0,13	0,02	15,20	62,00
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/20	4,10	3,50	0,90	22,00	109,00
	<b>Итого:</b>	<b>720</b>	<b>87,10</b>	<b>25,65</b>	<b>23,75</b>	<b>73,34</b>	<b>611,98</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1225</b>	<b>149,30</b>	<b>46,33</b>	<b>34,41</b>	<b>130,29</b>	<b>1004,93</b>

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

*Ильин* / *Ильин*