

Утверждаю

МУП "Школьное питание" г.о.Жигулевск

Директор Т.П.Олисова

Согласовано

ГБОУ СОШ № 13

Директор

Меню на " 25" марта" 2022г

Возрастная категория с 12 лет и старше

10 день цикл. меню

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
	<b>Завтрак</b>						
25/2004г.	Салат "Степной" из разных овощей (картофель, морковь, лук репч., огурец консервиров., зел. горошек конс., раст. масло, йодир. соль)	80	12,00	1,00	4,90	5,00	68,00
265	Плов из свинины (свинина мякоть, крупа рисовая, лук репч., томат., раст. масло, йодир. соль)	45/180	50,00	16,00	37,00	34,00	530,00
388	Напиток из плодов шиповника и лимона (плоды шиповника суш., лимон, сахар, лимон. кисл.)	200	9,00	0,68	0,28	20,76	88,20
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/25	4,60	3,55	0,60	22,55	110,00
	<b>Итого:</b>	<b>550</b>	<b>75,60</b>	<b>21,23</b>	<b>42,78</b>	<b>82,31</b>	<b>796,20</b>
	<b>Обед</b>						
113/114	Суп-лапша домашняя на бульоне из мяса цыплят, зеленью (лапша домашняя - мука пшенич., яйца кур., йодир. соль, морковь, лук репч., масло растит., мясо кур., укроп зелень, йод. соль)	250	21,30	9,18	14,36	19,71	192,03
231	Поджарка из рыбы (рыба минтай- филе, мука пшенич., лук репч., раст.масло)	65	34,00	9,00	6,00	7,00	119,00
312	Картофельное пюре (картофель, молоко 2,5 %, слив. масло 72%, йодир. соль)	140	21,00	3,00	5,00	21,00	142,00
377	Чай с сахаром (чай черный, сахар)	200	4,00	0,07	0,02	15,00	60,00
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/20	4,10	3,50	0,88	22,00	109,00
	<b>Итого:</b>	<b>705</b>	<b>84,40</b>	<b>24,75</b>	<b>26,26</b>	<b>84,71</b>	<b>622,03</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1255</b>	<b>160,00</b>	<b>45,98</b>	<b>69,04</b>	<b>167,02</b>	<b>1418,23</b>

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством



Утверждаю  
МУП "Школьное питание" г.о.Жигулевск

Директор Т.П.Олисова

Меню на " 25" марта" 2022г

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

10 день цикл. меню



№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
	<b>Завтрак</b>						
25/2004г.	Салат "Степной" из разных овощей (картофель, морковь, лук репч., огурец консервиров., зел. горошек конс., раст. масло, йодир. соль)	70	10,00	0,86	4,30	4,37	57,81
265	Плов из свинины (свинина мякоть, крупа рисовая, лук репч., томат., раст. масло, йодир. соль)	35/160	40,00	16,00	37,00	33,00	503,00
388	Напиток из плодов шиповника и лимона (плоды шиповника суш., лимон, сахар, лимон. кисл.)	200	9,00	0,68	0,28	20,76	88,20
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>20,44</b>	<b>42,40</b>	<b>76,03</b>	<b>738,01</b>
	<b>Обед</b>						
113/114	Суп-лапша домашняя на бульоне из мяса цыплят, зеленью (лапша домашняя - мука пшенич., яйца кур., йодир. соль, морковь, лук репч., масло растит., мясо кур., укроп зелень, йод. соль)	200	19,00	8,16	12,18	15,77	163,21
231	Поджарка из рыбы (рыба минтай- филе, мука пшеничн., лук репч., раст.масло)	65	34,00	9,00	6,00	7,00	119,00
312	Картофельное пюре (картофель, молоко 2,5 %, слив. масло 72%, йодир. соль)	160	26,00	4,20	5,76	22,40	156,60
377	Чай с сахаром (чай черный, сахар)	200	4,00	0,13	0,02	15,20	62,00
	<b>Итого:</b>	<b>675</b>	<b>87,10</b>	<b>24,99</b>	<b>24,84</b>	<b>82,37</b>	<b>609,81</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1180</b>	<b>149,30</b>	<b>45,45</b>	<b>66,65</b>	<b>158,61</b>	<b>1343,75</b>

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством \_\_\_\_\_ /