

Утверждено

МУП "Школьное питание" г.о. Жигулевск

Директор Т.Н.Олисова

Меню на "07" февраля" 2022г

Возрастная категория с 7 до 11 лет

ГБОУ С (О)УШ № 10

Согласовано

Директор Игорь

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
	Завтрак						
ПР/331	Тефтели из мяса индейки с соусом (филе индейки, крупа рис, 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
204	Макароны отварные с сыром (макароны из пшени.муки, сыр п/тв.45%, слив.масло 72%, йодир.соль)	100/15	21,00	8,79	10,66	33,89	267,70
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:	470	62,20	13,40	12,24	73,23	620,53
	Обед						
93	Щи по-уральски на бульоне из мяса цыплят, зел. (б/к капуста, карт., томат.пюре, морк., лук репч., крупа пшено, мясо кур., сметана 15%, масло растит., укроп зелень, йодир.соль)	200	19,00	6,28	9,30	10,20	150,66
293(ПР) /331	Цыплята жареные (голень)/соус (цыплята порц., сметана 15%, раст. масло, йодир. соль, соус-томат. пюре, сметана 15%, мука пшенич., йодир.соль)	90/25	35,00	20,05	20,78	1,93	274,86
305/136	Рис с овощами (крупа рисовая, морковь, лук репч., раст. масло, слив. масло, йодир. соль)	100	11,00	2,83	9,34	27,06	204,15
377	Чай фруктовый (лимон) черный, сахар, лимон.)	200	3,00	0,13	0,02	15,20	62,00
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/20	4,10	3,49	0,52	24,37	116,12
389	Фруктовый десерт: Яблоко	200	15,00	1,00	0,20	20,20	86,60
	Итого:	865	87,10	33,78	40,16	98,96	894,39
	Всего:	1335	149,30	47,18	52,40	172,19	1514,92

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством Игорь

Утверждено
 МУП "Школьное питание" г.о. Жигулевск
 Директор Г.П.Олисова

Согласовано
 ГБОУ С (О)ОШ № 10
 Директор Мих.

Меню на " 07 " февраля " 2022г
 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						
ПР/331	Тефтели из мяса индейки с соусом (филе индейки, крупа рис, 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
204	Макароны отварные с сыром (макароны из пшени. муки, сыр п/тв. 45%, слив. масло 72%, йодир. соль)	150/20	28,00	9,67	9,53	39,52	283,52
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:	535	70,00	14,96	11,22	83,75	659,54
	Обед						
93	Щи по-уральски на бульоне из мяса цыплят, зеленью (б/к капуста, карт., томат. пюре, морк., лук репч., крупа пшено, мясо кур., сметана 15%, масло растит., укроп зелень, йодир. соль)	250	21,00	6,76	10,38	12,64	172,12
293(ПР) /331	Цыплята жареные (голень)/соус (цыплята пори, сметана 15%, раст. масло, йодир. соль, соус- томат. пюре, сметана 15%, мука пшенич., йодир. соль)	90/25	35,00	20,05	20,78	1,93	274,86
305/136	Рис с овощами (крупа рисовая, морковь, лук репч., раст. масло, слив. масло, йодир. соль)	140	15,00	4,00	6,70	38,00	285,00
377	Чай фруктовый (лимон) черный, сахар, лимон.)	200	3,00	0,13	0,02	15,20	62,00
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/20	4,10	3,49	0,52	24,37	116,12
	Итого:	755	78,10	34,43	38,40	92,14	910,10
	Всего:	1290	148,10	49,39	49,62	175,89	1 569,64

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством Олисова Г.П.

Утверждаю

МУП "Школьное питание" г.о.Жигулевск

Директор Т.П.Олисова

Согласовано

ГБОУ С (О)ОШ № 10

Директор *Мет*

Меню на " 07" февраля" 2022г

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						
ПР/331	Тефтели из мяса индейки с соусом (филе индейки, крупа рис, 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
204	Макаронны отварные с сыром (макаронны из пшен. муки, сыр п/тв.45%, слив. масло 72%, йодир. соль)	100/15	21,00	8,79	10,66	33,89	267,70
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:	470	62,20	13,40	12,24	73,23	620,53
	Обед						
93	Щи по-уральски на бульоне из мяса цыплят, зел. (б/к капуста, карт., томат.пюре, морк., лук репч., крупа пшено, мясо кур., сметана 15%, масло растит., укроп зелень, йодир. соль)	200	19,00	6,28	9,30	10,20	150,66
293(ПР) /331	Цыплята жареные (голень)/соус (цыплята пори., сметана 15%, раст. масло, йодир. соль, соус- томат. пюре, сметана 15%, мука пшенич., йодир. соль)	90/25	35,00	20,05	20,78	1,93	274,86
305/136	Рис с овощами (крупа рисовая, морковь, лук репч., раст. масло, слив. масло, йодир. соль)	100	11,00	2,83	9,34	27,06	204,15
377	Чай фруктовый (лимон) черный, сахар, лимон.) (чай)	200	3,00	0,13	0,02	15,20	62,00
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/20	4,10	3,49	0,52	24,37	116,12
ПР	Фруктовый десерт: Яблоко	200	15,00	1,00	0,20	20,20	86,60
	Итого:	865	87,10	33,78	40,16	98,96	894,39
	Всего:	1335	149,30	47,18	52,40	172,19	1514,92

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

Наликова