

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

Согласовано  
 ГБОУ СО (О)ОШ № 10  
 Директор

Меню на " 12 " сентября 2022 г.  
 Возрастная категория с 7 до 11 лет

6 день цикл. меню

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав*			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
	<b>Завтрак</b>						
71	Овощи свежие (огурцы порционно)	40	7,00	0,28	0,04	0,76	4,80
255	Печень по-строгановски (печень гов. дух репчатый, сметана 15%, раст. масло, йодир.соль)	50/50	39,00	22,80	10,20	9,40	219,40
309	Макаронные изделия отварные (макароны из пшеничной муки, слив.масло 72%, йодир.соль)	140	9,00	5,41	4,68	34,58	202,27
376	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.)	20/20	3,20	2,70	0,42	19,54	92,74
	<b>Итого:</b>	<b>520</b>	<b>62,20</b>	<b>31,26</b>	<b>15,36</b>	<b>79,28</b>	<b>579,21</b>
	<b>Обед</b>						
24	Салат из св. помидоров и огурцов с репч. луком (огурец св, помидор св, лук репчатый, масло раст, йодир.соль)	50	10,00	0,48	3,03	1,82	35,35
95	Рассольник домашний на бульоне из цыплят (картофель, огурцы консервир., морк., лук репч., мясо кур., масло растит., сметана 15%, укроп зелень, йодир.соль)	200/15/10/1	19,00	7,12	12,20	18,60	158,35
258	Мясо духовое (свинина мякоть, раст. масло, картофель, морковь, лук репч., мука пшенич., йодир.соль)	40/150	46,00	11,58	10,49	19,74	220,09
646	Напиток лимонный (лимон св, сахар)	200	8,00	0,14	0,02	24,43	101,20
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/20	4,10	3,49	0,52	24,37	116,12
	<b>Итого:</b>	<b>716</b>	<b>87,10</b>	<b>22,81</b>	<b>26,26</b>	<b>88,96</b>	<b>631,11</b>
	<b>Всего</b>	<b>1236</b>	<b>149,3</b>	<b>54,07</b>	<b>41,62</b>	<b>168,24</b>	<b>1210,32</b>

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

*Ильин*, *Шинкевич*

Утверждаю

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



Согласовано  
 ГБОУ СО(О)ОШ № 10  
 Директор Мис...

Меню на " 12 " сентября 2022 г.  
 Возрастная категория с 12 лет и старше

6 день цикл меню

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
<b>Завтрак</b>							
71	Овощи свежие (огурцы порционно)	40	7,00	0,48	0,06	1,50	8,40
255	Печень по-строгановски <small>(печень гов. лук репчатый, сметана 15%, раст. масло, йодир. соль)</small>	50/50	39,00	22,80	10,20	9,40	219,40
309	Макаронные изделия отварные <small>(макаронны из пшени. муки, слив. масло 72%, йодир. соль)</small>	160	11,00	5,41	4,68	34,58	202,27
376	Чай с сахаром <small>(чай черный, сахар)</small>	200	4,00	0,07	0,02	15,00	60,00
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный <small>(мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)</small>	30/25	4,60	3,77	0,58	26,84	127,62
ПР	Булочка десертная <small>(мука пшеничн., раст.масло, дрожжи, соль, сахар)</small>	50	10,00	4,20	4,35	29,60	174,05
<b>Итого:</b>		<b>605</b>	<b>75,60</b>	<b>36,73</b>	<b>19,89</b>	<b>116,92</b>	<b>791,74</b>
<b>Обед</b>							
24	Салат из св. помидоров и огурцов с репч. луком <small>(огурец св, помидор св, лук репчатый, масло раст, йодир. соль)</small>	25	5,00	0,24	1,52	0,91	17,65
95	Рассольник домашний на бульоне из щиплят <small>(картофель, огурцы консервир., морк., лук репч., мясо кур., масло растит., сметана 15%, укроп зелень, йодир. соль)</small>	250/15/10/1	21,30	7,80	13,99	15,67	181,73
258	Мясо духовое <small>(свинина мякоть, раст. масло, картофель, морковь, лук репч., мука пшенич. йодир. соль)</small>	40/150	46,00	11,58	10,49	19,74	220,09
646	Напиток лимонный <small>(лимон св, сахар)</small>	200	8,00	0,14	0,02	24,43	101,20
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный <small>(мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)</small>	30/20	4,10	3,50	0,52	24,37	116,12
<b>Итого:</b>		<b>741</b>	<b>84,40</b>	<b>23,26</b>	<b>26,54</b>	<b>85,12</b>	<b>636,79</b>
<b>Всего:</b>		<b>1346</b>	<b>160,00</b>	<b>59,99</b>	<b>46,42</b>	<b>202,04</b>	<b>1 428,53</b>

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством О.М., Мис...

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

6 день цикл. меню

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
<b>Завтрак</b>							
71	Овощи свежие (огурцы порционно)	40	7,00	0,28	0,04	0,76	4,80
255	Печень по-строгановски (печень гов.лук репчатый, сметана 15%, раст. масло, йодир.соль)	50/50	39,00	22,80	10,20	9,40	219,40
309	Макаронные изделия отварные (макароны из пшени.муки, слив.масло 72%, йодир.соль)	140	9,00	5,41	4,68	34,58	202,27
376	Чай с сахаром (чай черный, сахар)	200	4,00	0,07	0,02	15,00	60,00
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный	20/20	3,20	2,70	0,42	19,54	92,74
	<b>Итого:</b>	<b>520</b>	<b>62,20</b>	<b>31,26</b>	<b>15,36</b>	<b>79,28</b>	<b>579,21</b>
<b>Обед</b>							
24	Салат из св. помидоров и огурцов с репч. луком (огурец св, помидор св, лук репчатый, масло раст, йодир.соль)	50	10,00	0,48	3,03	1,82	35,35
95	Рассольник домашний на бульоне из цыплят (картофель, огурцы консервир., морк., лук репч., мясо кур., масло растит., сметана 15%, укроп зелень, йодир.соль)	200/15/10/1	19,00	7,12	12,20	18,60	158,35
258	Мясо духовое (свинина мякоть, раст. масло, картофель, морковь, лук репч., мука пшени., йодир.соль)	40/150	46,00	11,58	10,49	19,74	220,09
646	Напиток лимонный (лимон св, сахар)	200	8,00	0,14	0,02	24,43	101,20
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/20	4,10	3,49	0,52	24,37	116,12
	<b>Итого:</b>	<b>716</b>	<b>87,10</b>	<b>22,81</b>	<b>26,26</b>	<b>88,96</b>	<b>631,11</b>
	<b>Всего</b>	<b>1236</b>	<b>149,3</b>	<b>54,07</b>	<b>41,62</b>	<b>168,24</b>	<b>1210,32</b>

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

*Мис*, *Шмелки*

Утверждаю

МУП "Школьное питание" г.о. Жигулевск

Директор Т.П.Олисова

Меню на " 12 " сентября 2022 г.

Возрастная категория с 7 до 11 лет ( средства родительской платы)

ГБОУ С (О)ОШ № 10

Согласовано

Директор Ильин

6 день цикл. меню

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
	<i>Обед</i>						
24	Салат из св. помидоров и огурцов с репч. луком (огурец св, помидор св, лук репчатый, масло раст, йодир.соль)	20	4,00	0,19	1,21	0,725	14,14
95	Рассольник домашний на бульоне из щиплят (картофель, огурцы консервир., морк., лук репч., мясо кур., масло растит., сметана 15%, укроп зелень, йодир.соль)	200/15/10/1	19,00	7,12	12,20	18,60	158,35
258	Мясо духовое (свинина мякоть, раст. масло, картофель, морковь, лук репч., мука пшениц., йодир.соль)	40/150	46,00	11,58	10,49	19,74	220,09
646	Напиток лимонный (лимон св, сахар)	200	8,00	0,14	0,02	24,43	101,20
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	20/15	2,30	2,30	0,44	14,40	70,00
	<b>Итого:</b>	<b>716</b>	<b>79,30</b>	<b>21,33</b>	<b>24,36</b>	<b>77,90</b>	<b>563,78</b>

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством Ильин, Ильин