

3 день цикл. меню

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
Завтрак							
71	Овощи свежие (помидоры порционно)	20	6,00	0,22	0,04	0,76	4,80
251	Свинина тушёная с томатом и луком (мякоть свинина, лук репч., томат, пюре, раст. масло, йодир. соль)	30/15	30,00	7,80	22,20	2,05	238,00
302	Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречка, сл. масло, йодир. соль)	130	17,00	7,82	5,80	35,37	224,62
377	Чай фруктовый (с/м смородина) (чай черничный, сахар, смородина суш./мор.)	200	6,00	0,13	0,02	15,20	62,00
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	20/20	3,20	2,90	0,82	17,90	89,00
дополнительная витаминизация							
338	Десерт фруктовый (апельсин свежий порционно)	80	16,55	1,00	0,20	9,00	43,00
Итого:		515	78,75	19,87	29,08	80,28	661,42
Обед							
71	Овощи свежие (огурцы порционно)	15	4,00	0,10	0,00	0,38	2,00
183/184	Борщ "Украинский" с пампушками (б/к капуста, картоф., морковь, свекла, лук репч., перец сладкий, мясо птицы, томат пюре, сметана 15 %, укроп зелень, йодир. соль, сахар, к-та лимон., мука пшенич., чеснок, яйцо куриц.)	200/20	25,00	3,55	5,64	23,12	166,32
289	Рагу из цыплят (картофель, цыплята, морковь, лук репч., томат, пюре, раст. масло, мука пшенич., йодир. соль)	40/150	41,00	12,79	16,39	19,44	277,37
388	Напиток из плодов шиповника (плоды шиповника суш., сахар, лимон. кисл.)	200	13,00	0,68	0,28	20,76	88,20
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/20	4,10	3,49	0,88	22,00	109,00
дополнительная витаминизация							
338	Десерт фруктовый (яблоко свежее порционно)	100	16,55	1,00	0,40	10,00	44,40
Итого:		775	103,65	21,61	23,59	95,70	687,29
Всего:		1290	182,40	41,48	52,67	175,98	1 348,71

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством *Мед*, *Минкина*



Утверждаю

МУП "Школьное питание" г.о.Жигулевск

Директор Т.П.Олисова

3 день цикл. меню

Согласовано

ГБОУ СО(О)ОШ № 10

Директор Иванов

Меню на " 13" апреля 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							
71	Овощи свежие (помидоры порционно)	20	6,00	0,22	0,04	0,76	4,80
251	Свинина тушеная с томатом и луком (мякоть свинина, лук репч., томат. пюре, раст. масло, йодир. соль)	40/15	41,00	8,60	24,50	2,20	262,00
302	Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречка, сл. масло, йодир. соль)	140	18,00	8,02	5,69	36,06	227,50
377	Чай фруктовый (с/м смородина) (чай черный, сахар, смородина св./мор.)	200	6,00	0,13	0,02	15,20	62,00
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/25	4,60	3,50	0,60	22,50	110,00
	Итого:	470	75,60	20,47	30,85	76,72	666,30
Обед							
183/184	Борщ "Украинский" с пампушками (б/к капуста, картоф., морковь, свекла, лук репч., перец сладкий, мясо птицы, томат пюре, сметана 15 %, укроп зелень, йодир. соль, сахар, к-та лимон., мука пшенич., чеснок, яйцо курин.)	250/20	27,30	3,96	6,64	25,77	189,72
289	Рагу из цыплят (картофель, цыпята, морковь, лук репч., томат. пюре, раст. масло, мука пшеничн., йодир. соль)	50/160	48,00	15,51	18,53	20,74	312,80
377	Чай фруктовый с яблоками (чай черный, сахар, лимон св.)	200	5,00	0,12	0,05	15,60	63,43
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/20	4,10	3,50	0,88	22,00	109,00
	Итого:	730	84,40	23,13	26,08	83,72	674,51
	Всего:	1200	160,00	43,60	56,93	160,44	1 340,81

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

Иванов, Иванов

Утверждаю

Согласовано

МУП "Школьное питание" г.о.Жигулевск

Директор Т.П.Олисова

Меню на "13" апреля 2022г

ГБОУ С(О)ОШ № 10

Директор Ильин

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

3 день цикл. меню

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
	Завтрак						
71	Овощи свежие (помидоры порционно)	20	6,00	0,22	0,04	0,76	4,80
251	Свинина тушеная с томатом и луком (мякоть свинина, лук репч., томат. пюре, раст. масло, йодир. соль)	30/15	30,00	7,80	22,20	2,05	238,00
302	Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречка, сл. масло, йодир. соль)	130	17,00	7,82	5,80	35,37	224,62
377	Чай фруктовый (с/м смородина) (чай черный, сахар, смородина св./мор.)	200	6,00	0,13	0,02	15,20	62,00
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	20/20	3,20	2,90	0,82	17,90	89,00
	дополнительная витаминизация						
338	Десерт фруктовый (апельсин свежий порционно)	80	16,55	1,00	0,20	9,00	43,00
	Итого:	515	78,75	19,87	29,08	80,28	661,42
	Обед						
71	Овощи свежие (огурцы порционно)	15	4,00	0,10	0,00	0,38	2,00
183/184	Борщ "Украинский" с пампушками (б/к капуста, картоф., морковь, свекла, лук репч., перец сладкий, мясо птицы, томат.пюре, сметана 15%, укроп зелень, йодир. соль, сахар, к-та лимон., мука пшенич., чеснок, яйцо куриц.)	200/20	25,00	3,55	5,64	23,12	166,32
289	Рагу из цыплят (картофель, цыплята, морковь, лук репч., томат. пюре, раст. масло, мука пшенич., йодир. соль)	40/150	41,00	12,79	16,39	19,44	277,37
388	Напиток из плодов шиповника (плоды шиповника суш., сахар, лимон. кислот.)	200	13,00	0,68	0,28	20,76	88,20
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/20	4,10	3,49	0,88	22,00	109,00
	дополнительная витаминизация						
338	Десерт фруктовый (яблоко свежее порционно)	100	16,55	1,00	0,40	10,00	44,40
	Итого:	775	103,65	21,61	23,59	95,70	687,29
	Всего:	1290	182,40	41,48	52,67	175,98	1348,71

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством Ильин, Ильин

Утверждаю

Согласовано

МУП "Школьное питание" г.о.Жигулевск

ГБОУ С (О)ОШ № 10

Директор Т.П.Олисова

Меню на " 13" апреля 2022г

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

3 день цикл: меню

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
	<i>Обед</i>						
183/184	Борщ "Украинский" с пампушками (б/к капуста, картоф., морковь, свекла, лук репч., перец сладкий, мясо птицы, томат. пюре, сметана 15 %, укроп зелень, йодир. соль, сахар, к-та лимон., мука пшенич., чеснок, яйцо куриц.)	200/20	25,00	3,55	5,64	23,12	166,32
289	Рагу из цыплят (картофель, цыплята, морковь, лук репч., томат. пюре, раст. масло, мука пшеничн., йодир. соль)	50/150	47,00	15,33	18,18	19,44	303,70
377	Чай с лимоном (чай черный, сахар, лимон св.)	200	5,00	0,16	0,03	15,21	62,99
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	20/15	2,30	2,30	0,44	14,40	70,00
	Итого:	655	79,30	21,34	24,29	72,17	603,01

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством


