

Утверждаю  
МУП "Школьное питание" г.о.Жигулевск  
Директор С.А.Кустова

Согласовано  
ГБОУ С (О)ОШ № 10  
Директор Ильин

Меню на "13" декабря 2022г

Возрастная категория с 7 до 11 лет

7 день цикл. меню(молочный белок)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
	<b>Завтрак</b>						
243/540	Сосиска отварная с соусом красным основным (сосиска, соль йодир, томат паста, морковь, лук репчатый)	55/50	33,00	6,16	15,22	2,98	173,90
302	Каша пшеничная рассыпчатая с маслом растительным (крупа пшеничная, масло растит, соль йодир.)	130	18,00	6,93	5,11	37,90	228,87
376	Чай с сахаром (чай, сахар)	200	8,00	0,07	0,02	15,00	60,00
ПР	Батон особый (мука, пшеничная, дрожжи, раст. масло, сахар, йодир. соль)	40	3,20	3,20	0,48	18,44	90,88
	<b>Дополнительная витаминизация</b>						
338	Десерт фруктовый (яблоко)	100	19,09	1,00	0,40	10,00	44,40
	<b>Итого:</b>	<b>575</b>	<b>62,20</b>	<b>17,36</b>	<b>21,23</b>	<b>84,32</b>	<b>598,05</b>
	<b>Обед</b>						
98	Суп крестьянский с пшеном на бульоне из цыплят, зеленью (б/к капуста, карт., крупа пшено, морк., лук репч., мясо кур, раст. масло, зелень)	200/15/1	16,00	7,21	11,22	11,39	140,17
98.06/540	Котлета мясо-рыбная "Веста" с соусом красным основным (филе цыпленка, минтая, морковь, лук репчатый, хлеб пшенич., раст.масло)	70/50	32,00	6,31	11,35	11,02	118,06
321	Капуста тушеная (капуста б/к, морковь, масло растит., соль йодир., томат. пюре)	150	22,00	3,60	4,54	15,79	120,68
377	Чай фруктовый (вишня) (чай, сахар, вишня св./мор.)	200	5,00	0,13	0,04	15,22	62,00
ПР	Булочная мелочь (мука пшенич., раст. масло, соль, сахар, дрожжи.)	40	8,00	2,37	3,57	18,54	115,83
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/20	4,10	3,49	0,52	24,37	116,12
	<b>Дополнительная витаминизация</b>						
ПР	Сок фруктовый в индивидуальной упаковке	200	19,09	1,00	0,20	20,20	86,60
	<b>Итого:</b>	<b>976</b>	<b>87,10</b>	<b>24,11</b>	<b>31,44</b>	<b>116,53</b>	<b>759,46</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1551</b>	<b>149,30</b>	<b>41,47</b>	<b>52,67</b>	<b>200,85</b>	<b>1357,51</b>

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством Ильин



Меню на "13" декабря 2022г

Возрастная категория с 7 до 11 лет

7 день цикл. меню(аллергия на рыбу)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
	Завтрак						
175	Каша вязкая молочная из риса и пшена со слив. маслом (крупа рисовая, пшено, молоко 2,5 %, слив. масло 72%, сахар, йодир. соль.)	200/10	22,00	5,61	11,66	29,95	247,87
243	Сосиска отварная говяжья "Экстра") (сосиска	55	33,00	5,72	11,06	0,44	124,30
376	Чай с сахаром (чай черный, сахар)	200	4,00	0,07	0,02	15,00	60,00
ПР	Батон особый ( мука пшеничная, дрожжи, раст. масло, сахар, йодир. соль)	40	3,20	3,20	0,48	18,44	90,88
	Дополнительная витаминизация						
338	Десерт фруктовый (яблоко)	100	19,09	1,00	0,40	10,00	44,40
	Итого:	605	62,20	15,60	23,62	73,83	567,45
	Обед						
98	Суп крестьянский с пшеном на бульоне из цыплят, зеленью (б/к капуста, карт., крупа пшено, морк., лук репч., мясо кур, раст. масло, зелень, йодир. соль)	200/15/1	16,00	7,21	11,22	11,39	140,17
288	Цыплята отварные (цыпленок, соль йодированная, лук репчатый)	50	32,00	12,00	10,31	0,16	141,62
312/321	Картофельное пюре/ Капуста тушеная ( картофель, молоко 2,5 %, слив. масло 72%, йодир.соль, б/к капуста,масло раст.)	130/50	22,00	4,01	6,38	24,46	172,36
377	Чай фруктовый (вишня) черный, сахар,вишня св./мор.) (чай	200	5,00	0,13	0,04	15,22	62,00
ПР	Булочная мелочь (мука пшеничн., раст. масло, соль, сахар. дрожжи,)	40	8,00	2,37	3,57	18,54	115,83
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/20	4,10	3,49	0,52	24,37	116,12
	Дополнительная витаминизация						
ПР	Сок фруктовый в индивидуальной упаковке	200	19,09	1,00	0,20	20,20	86,60
	Итого:	936	87,10	30,21	32,24	114,34	834,70
	Всего:	1541	149,30	45,81	55,86	188,17	1402,15

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством



Утверждаю  
МУП "Школьное питание" г.о. Жигулевск  
Директор \_\_\_\_\_ С.А. Кустова

Согласовано  
ГБОУ С (О)ОШ № 16  
Директор \_\_\_\_\_

Меню на "13" декабря 2022г  
Возрастная категория с 12 лет и старше

7 день цикл. меню (аллергия на рыбу)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
	<b>Завтрак</b>						
175	Каша вязкая молочная из риса и пшена со слив. маслом (крупа рисовая, пшено, молоко 2,5 %, слив. масло 72%, сахар, йодир. соль.)	250/10	28,00	7,01	14,58	52,50	309,84
243	Сосиска отварная (сосиска) говяжья "Экстра")	55	33,00	5,72	11,06	0,44	124,30
376	Чай с сахаром (чай черный, сахар)	200	4,00	0,07	0,02	15,00	60,00
ПР	Булочка Ромашка (мука) пшеничн., раст. масло, соль, сахар, дрожжи.)	40	5,00	4,20	4,35	29,60	174,05
ПР	Батон особый ( мука пшеничная, дрожжи, раст. масло, сахар, йодир. соль)	60	5,60	3,20	0,48	18,44	90,88
	<b>Итого:</b>	<b>615</b>	<b>75,60</b>	<b>20,20</b>	<b>30,49</b>	<b>115,98</b>	<b>759,07</b>
	<b>Обед</b>						
98	Суп крестьянский с пшеном на бульоне из цыплят, зеленью (б/к капуста, карт., крупа пшено, морк., лук репч., мясо кур, раст. масло, зелень, йодир. соль)	250/15/1	18,30	7,99	13,14	14,22	163,06
288	Цыплята отварные (цыпленок, соль йодированная, лук репчатый)	50	32,00	12,00	10,31	0,16	141,62
312/321	Картофельное пюре/ Капуста тушеная ( картофель, молоко 2,5 %, слив. масло 72%, йодир.соль, б/к капуста,масло раст.)	140/50	25,00	4,23	6,75	25,93	182,51
377	Чай фруктовый (вишня) (чай) черный, сахар, вишня св./мор.)	200	5,00	0,13	0,04	15,22	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
	<b>Итого:</b>	<b>756</b>	<b>84,40</b>	<b>27,84</b>	<b>30,76</b>	<b>79,90</b>	<b>665,31</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1371</b>	<b>160,00</b>	<b>48,04</b>	<b>61,25</b>	<b>195,88</b>	<b>1 424,38</b>

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством \_\_\_\_\_