

Утверждаю

МУП "Школьное питание" г. Жигулевск

Директор А.С. Кустова

ГБОУ СО(О)Ш № 10

Согласовано

Директор 10

Меню на "15" декабря 2022г

Возрастная категория с 7 до 11 лет

9 день цикла меню

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход, г | Цена, руб | Химический состав | | | |
|-------------------------------------|--|-------------|---------------|-------------------|--------------|---------------|----------------|
| | | | | белки, г | жиры, г | углеводы, г | ЭЦ, ккал |
| <i>Завтрак</i> | | | | | | | |
| 279/331 | Гефтели из мяса цыплят с соусом (филе кур, крупа рисовая, яйцо кур., лук репч., соус- томат. пюре, мука пшенич., йодир. соль) | 60/50 | 29,00 | 9,95 | 8,67 | 29,86 | 235,16 |
| 312 | Картофельное пюре (картофель, молоко 2,5%, слив. масло 72%, йодир. соль) | 150 | 22,00 | 3,28 | 5,60 | 22,06 | 152,24 |
| 646 | Напиток лимонный (лимон сежий, сахар) | 200 | 8,00 | 0,14 | 0,02 | 24,43 | 101,20 |
| ПР | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.) | 20/20 | 3,20 | 2,70 | 0,42 | 19,54 | 92,74 |
| <i>Дополнительная витаминизация</i> | | | | | | | |
| ПР | Сыр плавленый ломтевой сливочный классич. | 18 | 19,09 | 1,75 | 4,73 | 0,86 | 50,75 |
| Итого: | | 518 | 62,20 | 17,82 | 19,44 | 96,75 | 632,09 |
| <i>Обед</i> | | | | | | | |
| 88 | Щи из свежей капусты и картофеля на бульоне из мяса цыплят, со сметаной, зеленью (б/к капуста, томат. пюре, морк., лук репч., мясо кур., масло растит., сметана 15%, укроп) | 200/15/10/1 | 20,00 | 6,83 | 11,73 | 7,81 | 159,29 |
| 260 | Гуляш из говядины (мясо говядины, лук репчатый, томат паста, соль йодированная, мука пшеничная, масло растительное) | 30/60 | 40,00 | 9,84 | 6,18 | 3,70 | 110,14 |
| 302 | Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, сл. масло, йодир. соль) | 150 | 18,00 | 9,02 | 6,69 | 40,81 | 259,18 |
| 377 | Чай фруктовый (с/м смородина) (чай черный, сахар, смородина св./мор.) | 200 | 5,00 | 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 |
| <i>Дополнительная витаминизация</i> | | | | | | | |
| ПР | Сок фруктовый в индивидуальной упаковке | 200 | 19,09 | 1,00 | 0,20 | 20,20 | 86,60 |
| Итого: | | 916 | 87,10 | 30,31 | 25,34 | 112,09 | 793,33 |
| Всего: | | 1434 | 149,30 | 48,13 | 44,78 | 208,84 | 1425,42 |

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством _____

[Подписи]

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



Меню на "15" декабря 2022г

Возрастная категория с 12 лет и старше



Согласовано

ГБОУ С(О)ОШ № 10

Директор Иванов

9 день цикл меню

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход, г | Цена, руб | Химический состав | | | |
|----------------|--|-------------|---------------|-------------------|--------------|---------------|-----------------|
| | | | | белки, г | жиры, г | углеводы, г | ЭЦ, ккал |
| Завтрак | | | | | | | |
| 279/331 | Тефтели из мяса цыплят с соусом (филе кур, крупа рисовая, яйцо кур., лук репч., соус- томат. пюре, мука пшенич., йодир. соль) | 70/50 | 40,00 | 10,28 | 16,20 | 12,81 | 238,83 |
| 312 | Картофельное пюре (картофель, молоко 2,5 %, слив. масло 72%, йодир. соль) | 160 | 23,00 | 3,50 | 5,98 | 23,54 | 162,40 |
| 646 | Напиток лимонный (лимон сежий, сахар) | 200 | 8,00 | 0,14 | 0,02 | 24,43 | 101,20 |
| ПР | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.) | 30/25 | 4,60 | 3,77 | 0,58 | 26,84 | 127,62 |
| | Итого: | 535 | 75,60 | 17,69 | 22,78 | 87,62 | 630,05 |
| Обед | | | | | | | |
| 88 | Щи из свежей капусты и картофеля на бульоне из мяса цыплят, со сметаной, зеленью (б/к капуста, томат. пюре, морк., лук репч., мясо кур., масло растит., сметана 15%, укроп зелень, йодир. соль) | 250/15/10/1 | 21,30 | 7,47 | 13,60 | 9,69 | 147,43 |
| 260 | Гуляш из говядины (мясо говядины, лук репчатый, томат паста, соль йодированная, мука пшеничная, масло растительное) | 30/30 | 38,00 | 9,84 | 6,18 | 3,70 | 110,14 |
| 302 | Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, сл. масло, йодир. соль) | 130 | 16,00 | 7,82 | 5,80 | 35,37 | 224,62 |
| 377 | Чай фруктовый (с/м смородина) (чай черный, сахар, смородина св./мор.) | 200 | 5,00 | 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: | 716 | 84,40 | 28,75 | 26,12 | 88,33 | 660,31 |
| | Всего: | 1251 | 160,00 | 46,44 | 48,90 | 175,95 | 1 290,36 |

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством Иванов, Иванов

Утверждено

МУП "Школьное питание" г.о. Жигулевск

Директор А.С. Кустова

Меню на "15" декабря 2022г

ГБОУ С(О)ОШ № 10

Директор

Согласовано

9 день цикла меню

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 | | | | | | | |
| 279/331 | Тефтели из мяса цыплят с соусом (филе кур, крупа рисовая, яйцо кур., лук репч., соус- томат. пюре, мука пшенич., | 60/50 | 29,00 | 9,95 | 8,67 | 29,86 | 235,16 |
| 312 | Картофельное пюре (картофель, молоко 2,5 %, слив. масло 72%, йодир. соль | 150 | 22,00 | 3,28 | 5,60 | 22,06 | 152,24 |
| 646 | Напиток лимонный (лимон сежий, сахар) | 200 | 8,00 | 0,14 | 0,02 | 24,43 | 101,20 |
| ПР | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.) | 20/20 | 3,20 | 2,70 | 0,42 | 19,54 | 92,74 |
| Дополнительная витаминизация | | | | | | | |
| ПР | Сыр плавленый ломтевой сливочный классич. | 18 | 19,09 | 1,75 | 4,73 | 0,86 | 50,75 |
| Итого: | | 518 | 62,20 | 17,82 | 19,44 | 96,75 | 632,09 |
| Обед | | | | | | | |
| 88 | Щи из свежей капусты и картофеля на бульоне из | 200/15/10/1 | 20,00 | 6,83 | 11,73 | 7,81 | 129,29 |
| 260 | Гуляш из говядины (мясо говядины, лук репчатый, томат паста, соль йодированная, мука пшеничная, масло растительное) | 30/60 | 40,00 | 9,84 | 6,18 | 3,70 | 110,14 |
| 302 | Каша гречневая рассыпчая (крупа гречневая, сл. масло, йодир. соль) | 150 | 18,00 | 9,02 | 6,69 | 40,81 | 259,18 |
| 377 | Чай фруктовый (с/м смородина) (чай черный, сахар, смородина св./мор.) | 200 | 5,00 | 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 |
| Дополнительная витаминизация | | | | | | | |
| ПР | Сок фруктовый в индивидуальной упаковке | 200 | 19,09 | 1,00 | 0,20 | 20,20 | 86,60 |
| Итого: | | 916 | 87,10 | 30,31 | 25,34 | 112,09 | 763,33 |
| Всего: | | 1434 | 149,30 | 48,13 | 44,78 | 208,84 | 1395,42 |

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

А.С. Кустова, *М.М. Мещеряков*

Утверждаю

Согласовано

МУП "Школьное питание" г.о. Жигулевск

ГБОУ С (О)ОШ № 10

Директор А.С. Кустова

Меню на "15" декабря 2022г

Директор

Возрастная категория с 12 лет и старше (детям мобилизованных лиц)

9 день цикла меню

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход, г | Цена, руб | Химический состав | | | |
|----------------|--|-------------|---------------|-------------------|--------------|---------------|-----------------|
| | | | | белки, г | жиры, г | углеводы, г | ЭЦ, ккал |
| Завтрак | | | | | | | |
| 279/331 | Тефтели из мяса цыплят с соусом (филе кур, крупа рисовая, яйцо кур., лук репч., соус- томат. пюре, мука пшенич., йодир. соль) | 70/45 | 39,69 | 10,28 | 16,20 | 12,81 | 238,83 |
| 312 | Картофельное пюре (картофель, молоко 2,5%, слив. масло 72%, йодир. соль) | 180 | 29,00 | 3,50 | 5,98 | 23,54 | 162,40 |
| 646 | Напиток лимонный (лимон сежий, сахар) | 200 | 8,00 | 0,14 | 0,02 | 24,43 | 101,20 |
| ПР | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.) | 30/25 | 4,60 | 3,77 | 0,58 | 26,84 | 127,62 |
| | Итого: | 550 | 81,29 | 17,69 | 22,78 | 87,62 | 630,05 |
| Обед | | | | | | | |
| 88 | Щи из свежей капусты и картофеля на бульоне из мяса цыплят, со сметаной, зеленью (б/к капуста, томат. пюре, морк., лук репч., мясо кур., масло растит., сметана 15%, укроп зелень, йодир. соль) | 250/15/10/1 | 21,30 | 7,47 | 13,60 | 9,69 | 147,43 |
| 260 | Гуляш из говядины (мясо говядины, лук репчатый, томат паста, соль йодированная, мука пшеничная, масло растительное) | 40/40 | 38,00 | 9,84 | 6,18 | 3,70 | 110,14 |
| 302 | Каша гречневая рассыпчая (крупа гречневая, сл. масло, йодир. соль) | 150 | 18,00 | 7,82 | 5,80 | 35,37 | 224,62 |
| 377 | Чай фруктовый (с/м смородина) (чай черный, сахар, смородина св./мор.) | 200 | 5,00 | 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: | 756 | 86,40 | 28,75 | 26,12 | 88,33 | 660,31 |
| | Всего: | 1306 | 167,69 | 46,44 | 48,90 | 175,95 | 1 290,36 |

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

А.С. Кустова *М.И. Мещеряков*

Утверждаю

МУП "Школьное питание" г.о. Жигулевск

Директор _____ А.С. Кустова



ГБОУ С (О)ОШ № 10

Согласовано

Директор _____



Меню на "15" декабря 2022г

Возрастная категория с 7 до 11 лет

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

9 день цикл. меню

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход, г | Цена, руб | Химический состав | | | |
|-------------|--|-------------|--------------|-------------------|--------------|--------------|---------------|
| | | | | белки, г | жиры, г | углеводы, г | ЭЦ, ккал |
| | <i>Обед</i> | | | | | | |
| 88 | Щи из свежей капусты и картофеля на бульоне из мяса цыплят, со сметаной, зеленью <small>(б/к капуста, томат пюре, морк., лук репч.,мясо кур.,масло растит., сметана 15%, укроп зелень, йодир. соль)</small> | 200/15/10/1 | 20,00 | 6,83 | 11,73 | 7,81 | 129,29 |
| 260 | Гуляш из говядины (мясо говядины, лук репчатый, томат паста, соль йодированная, мука пшеничная, масло растительное) | 30/25 | 36,00 | 9,84 | 6,18 | 3,70 | 110,14 |
| 302 | Каша гречневая рассыпчая <small>(крупа гречневая, сл. масло, йодир. соль)</small> | 130 | 16,00 | 7,82 | 5,80 | 35,37 | 224,62 |
| 377 | Чай фруктовый (с/м смородина) <small>(чай черный, сахар, смородина св./мор.)</small> | 200 | 5,00 | 0,13 | 0,02 | 15,20 | 62,00 |
| ПР | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный <small>(мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)</small> | 20/15 | 2,30 | 2,30 | 0,44 | 14,40 | 70,00 |
| | Итого: | 646 | 79,30 | 26,92 | 24,17 | 76,48 | 596,05 |

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством _____

ММ, *Машкина*