

Меню на "16" сентября" 2022г  
 Возрастная категория с 7 до 11 лет

10 день цикла меню

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
	<b>Завтрак</b>						
71	Овощи свежие (огурец порционно)	60	10,00	0,48	0,06	1,50	8,40
265	Плов из свинины (свинина макоть, крупа рисовая, лук репч. морковь, томат, раст. масло, йодир. соль)	30/150	40,00	13,03	10,87	40,10	310,70
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
ПР	Булочка Ромашка (пшенич., раст.масло, дрожжи, соль, сахар) (мука)	40	5,00	4,20	4,35	29,60	174,05
	<b>Итого:</b>	<b>520</b>	<b>62,20</b>	<b>20,48</b>	<b>15,72</b>	<b>105,74</b>	<b>645,89</b>
	<b>Обед</b>						
113/114	Суп-лапша домашняя на бульоне из мяса цыплят, зеленью (лапша домашняя - мука пшенич., яйца кур., йодир. соль, морковь, лук репч., масло растит., мясо кур., укроп зелень, йод. соль)	200/15/1	16,00	8,16	12,18	19,10	163,21
231	Рыба (минтай) припущенная (рыба минтай-филе, мука пшеничная, лук репчатый, масло раст., йодир. соль)	55(40/15)	31,00	9,38	5,58	5,28	109,32
312	Картофельное пюре (картофель, молоко 2,5 %, слив. масло 72%, йодир. соль)	160	24,00	3,50	5,98	23,54	162,40
388	Напиток из плодов шиповника (плоды шиповника суш., сахар, лимон. кислот.)	200	12,00	0,68	0,28	20,76	79,80
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>681</b>	<b>87,10</b>	<b>25,21</b>	<b>24,54</b>	<b>93,05</b>	<b>630,85</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1201</b>	<b>149,30</b>	<b>45,69</b>	<b>40,26</b>	<b>198,79</b>	<b>1276,74</b>

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

*Т.П.Олисова*, *И.И.Иванов*

Утверждено  
МУП "Школьное питание" г.о. Жигулевск

Директор Т.П.Олисова

Согласовано  
ГБОУ С(О)ОШ № 10

Директор *Шей*

Меню на "16" сентября" 2022г  
Возрастная категория с 12 лет и старше

10 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 (огурец порционно)	60	10,00	0,48	0,06	1,50	8,40
265	Плов из свинины <small>(свинина мякоть, крупа рисовая, лук репч. морковь, томат, раст. масло, йодир. соль)</small>	45/150	52,00	16,02	11,82	40,10	331,12
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 Ромашка <small>(мука пшенич., раст. масло, дрожжи, соль, сахар)</small>	40	5,00	4,20	4,35	29,60	174,05
<b>Итого:</b>		<b>550</b>	<b>75,60</b>	<b>24,54</b>	<b>16,83</b>	<b>113,04</b>	<b>701,19</b>
<b>Обед</b>							
113/114	Суп-лапша домашняя на бульоне из мяса цыплят, зеленью <small>(лапша домашняя - мука пшенич., яйца кур., йодир. соль, морковь, лук репч., масло растит., мясо кур., укроп зелень, йод. соль)</small>	250/15/1	18,30	10,20	15,23	19,71	204,01
231	Рыба (минтай) припущенная <small>(рыба минтай-филе, мука пшеничная, лук репчатый, масло раст., йодир. соль)</small>	55(40/15)	31,00	9,38	5,58	5,28	109,32
312	Пюре картофельное <small>(картофель, молоко 2,5 %, слив. масло 72%, йодир. соль)</small>	140	19,00	3,06	5,23	20,59	142,09
388	Напиток из плодов шиповника <small>(плоды шиповника суш., сахар, лимон. кислот.)</small>	200	12,00	0,68	0,28	20,76	79,80
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>711</b>	<b>84,40</b>	<b>26,82</b>	<b>26,84</b>	<b>90,71</b>	<b>651,34</b>
<b>Всего:</b>		<b>1261</b>	<b>160,00</b>	<b>51,36</b>	<b>43,66</b>	<b>203,75</b>	<b>1352,53</b>

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

*Шей*, *Шиповник*

Утверждено  
МУП "Школьное питание" г.в. Жигулевск

Директор Е.П.Олисова

Согласовано  
ГБОУ С (О)ОШ № 10

Директор Мель

Меню на "16" сентября" 2022г

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

10 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 (огурец порционно)	60	10,00	0,48	0,06	1,50	8,40
265	Плов из свинины (свинина мякоть, крупа рисовая, лук репч. морковь, томат, раст. масло, йодир. соль)	30/150	40,00	13,03	10,87	40,10	310,70
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
ПР	Булочка Ромашка (мука пшенич., раст.масло, дрожжи, соль, сахар)	40	5,00	4,20	4,35	29,60	174,05
<b>Итого:</b>		<b>520</b>	<b>62,20</b>	<b>20,48</b>	<b>15,72</b>	<b>105,74</b>	<b>645,89</b>
<b>Обед</b>							
113/114	Суп-лапша домашняя на бульоне из мяса цыплят, зеленью (лапша домашняя - мука пшенич., яйца кур., йодир. соль, морковь, лук репч., масло растит., мясо кур., укроп зелень, йод. соль)	200/15/1	16,00	8,16	12,18	19,10	163,21
231	Рыба (минтай) припущенная (рыба минтай-филе, мука пшеничная, лук репчатый, масло раст., йодир. соль.)	55(40/15)	31,00	9,38	5,58	5,28	109,32
312	Картофельное пюре (картофель, молоко 2,5 %, слив. масло 72%, йодир. соль)	160	24,00	3,50	5,98	23,54	162,40
388	Напиток из плодов шиповника (плоды шиповника суш., сахар, лимон. кислот.)	200	12,00	0,68	0,28	20,76	79,80
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>681</b>	<b>87,10</b>	<b>25,21</b>	<b>24,54</b>	<b>93,05</b>	<b>630,85</b>
<b>Всего:</b>		<b>1201</b>	<b>149,30</b>	<b>45,69</b>	<b>40,26</b>	<b>198,79</b>	<b>1276,74</b>

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

Мель, Шиповник

Утверждаю

МУП "Школьное питание" г.о. Жигулевск

Директор Е.П.Олисова



ГБОУ С (О)ОШ № 10

Директор Ильин



Меню на "16" сентября" 2022г

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

10 день цикл. меню

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, кка
	<i>Обед</i>						
113/114	Суп-лапша домашняя на бульоне из мяса цыплят, зеленью (лапша домашняя - мука пшенич., яйца кур., йодир. соль, морковь, лук репч., масло растит., мясо кур., укроп зелень, йод. соль)	200/15/1	16,00	8,16	12,18	19,10	163,21
231	Рыба (минтай) припущенная (рыба минтай-филе, мука пшеничная, лук репчатый, масло раст., йодир. соль.)	55(40/15)	31,00	9,38	5,58	5,28	109,32
312	Пюре картофельное (картофель, молоко 2,5%, слив. масло 72%, йодир. соль)	140	19,00	3,06	5,23	20,59	142,09
388	Напиток из плодов шиповника (плоды шиповника суш., сахар, лимон, кисл.)	180	11,00	0,68	0,28	20,76	79,80
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>626</b>	<b>79,30</b>	<b>23,58</b>	<b>23,71</b>	<b>80,13</b>	<b>564,42</b>

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

Ильин, Ильин