

4 день цикла меню (аллергия на рыбу)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
Завтрак							
290/330	Грудка куриная (филе) в соусе сметанном (мясо кур., сметана 15%, слив.масло 72%, йодир.соль.)	50/60	34,00	0,81	3,92	3,48	52,84
200	Пюре из гороха и картофеля (картофель, горох душистый, молоко 2,5%, слив. масло 72%, йодир. соль.)	150	21,00	10,43	7,43	27,29	218,09
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
Дополнительная витаминизация							
ПР	Сок фруктовый в индивидуальной упаковке	200	19,09	1,00	0,20	20,20	86,60
Итого:		700	62,20	15,01	11,99	85,51	510,27
Обед							
25/2004	Салат Степной (горошек зеленый, лук репчатый, морковь, огурец соленый, соль йодированная, масло)	60	8,00	0,88	3,71	4,58	53,74
103	Суп картофельный с вермишелью на бульоне из мяса цыплят, зеленью (картофель п/ф., макарон. изделия, морк., лук репч., мясо кур, масло раст., укроп зелень, йодир. соль)	200/15/1	16,00	5,06	4,71	16,74	129,89
297/331	Фрикадельки из цыплят с соусом сметанным с томатом (мясо кур., хлеб пшенич.молоко 2,5%, яйцо кур., раст.масло, йодир.соль, сметана 15%, томат пюре)	60/50	37,00	10,61	12,19	8,66	187,45
171	Каша перловая рассыпчатая (крупа перловая, йодир.соль, масло слив.72%)	150	9,00	4,68	4,88	33,49	196,77
389	Сок фруктовый (в ассортименте)	200	13,00	0,20	0,26	22,60	92,00
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	Сыр плавленый ломтевой сливочный классич.	18	19,09	1,75	4,73	0,86	50,75
Итого:		804	87,10	26,67	31,00	111,30	826,72
Всего:		1504	149,30	41,68	42,99	196,81	1336,99

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

М.С. Шенкина

4 день цикла. Меню (молочный белок)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
Завтрак							
290/540	Грудка куриная (филе) в соусе красном основном (мясо кур., масло растит., томат паста, морковь, лук репчатый, йодир. соль.)	50/60	34,00	0,81	3,92	3,48	52,84
310	Картофель отварной с растительным маслом, зеленью (картофель, масло растит., соль)	150	21,00	3,04	5,85	24,53	163,19
376	Чай с сахаром	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
Дополнительная витаминизация							
ПР	Сок фруктовый в индивидуальной упаковке	200	19,09	1,00	0,20	20,20	86,60
Итого:		700	62,20	7,62	10,41	82,75	455,37
Обед							
25/2004	Салат Степной (горошек зеленый, лук репчатый, морковь, огурец соленый, соль йодированная, масло)	60	8,00	0,88	3,71	4,58	53,74
103	Суп картофельный с вермишелью на бульоне из мяса цыплят, зеленью (картофель п/ф., макарон. издел., морк., лук репч., мясо кур, масло раст., укроп)	200/15/1	16,00	5,06	4,71	16,74	129,89
297/540	Фрикадельки из цыплят с соусом красным основным (мясо кур., хлеб пшен., яйцо кур., раст. масло, йодир. соль, томат пюре)	60/50	37,00	10,61	12,19	8,66	187,45
171	Каша перловая рассыпчатая с растительным маслом (крупа перловая, соль, масло)	150	9,00	4,68	4,88	33,49	196,77
389	Сок фруктовый (в ассортименте)	200	13,00	0,20	0,26	22,60	92,00
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	Сыр плавленый ломтевой сливочный классич.	18	19,09	1,75	4,73	0,86	50,75
Итого:		784	87,10	26,67	31,00	111,30	826,72
Всего:		1484	149,30	34,29	41,41	194,05	1282,09

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством И.И.И.

Утверждаю

МУП "Школьное питание" г.о. Жигулевск

Директор Т.П.Олисова

Меню на "17" ноября 2022г

Возрастная категория с 12 лет и старше

ГБОУ С (О)ОШ № 10

Директор

Согласовано

4 день цикл меню (аллергии на рыбу)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
Завтрак							
32/2005	Огурцы консервированные (порционно)	25	5,00	0,20	0,03	0,43	3,25
290/330	Грудка куриная (филе) в соусе сметанном (мясо кур., сметана 15%, сл.масло 72%, йодир.соль.)	50/60	34,00	0,71	3,92	3,10	50,80
200	Пюре из гороха и картофеля (картофель, горох лущеный, молоко 2,5%, слив.масло 72%, йодир.соль.)	200	28,00	13,19	13,88	36,36	293,97
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.)	30/25	4,60	3,77	0,58	26,84	127,62
	Итого:	590	75,60	17,94	18,43	81,73	535,64
Обед							
25/2004	Салат Степной (горошек зеленый, лук репчатый, морковь, огурец соленый, соль йодированная, масло)	25	3,00	0,35	1,54	1,82	21,95
103	Суп картофельный с вермишелью на бульоне из мяса цыплят, зеленью (картофель п/ф, макарон. издел., морк., лук репч., мясо кур, масло раст., зелень, йодир. соль)	250/15/1	18,30	7,00	6,47	20,89	170,28
297/331	Фрикадельки из цыплят с соусом сметанном с томатом (мясо кур., хлеб пшенич.молоко 2,5%, яйцо кур., раст.масло, йодир.соль, сметана 15%, томат пюре)	60/50	37,00	10,61	12,19	8,66	187,45
171	Каша перловая рассыпчатая (крупа перловая, йодир.соль, масло слив.72%)	150	9,00	4,68	4,88	33,49	196,77
389	Сок фруктовый (в ассортименте)	200	13,00	0,20	0,26	22,60	92,00
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/20	4,10	3,49	0,52	24,37	116,12
	Итого:	831	84,40	26,33	25,86	111,83	784,57
	Всего:	1421	160,00	44,27	44,29	193,56	1320,21

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

М.С. Климкина