

Утверждаю
 МУП "Школьное питание" г.о.Жигулевск
 Директор Т.П.Олисова

Согласовано
 ГБОУ СО(О)Ш № 10
 Директор Мер

Меню на " 18" мая 2022 г.
 Возрастная категория с 12 лет и старше

13 день цикл меню

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
Завтрак							
287 /331	Голубцы ленивые из цыплят в соусе сметанном с томатом (б/к капуста, мясо кур., яйцо куриное, крупа рисовая, соус- томат, пюре, сметана 15%, мука пшенич., йодир. соль)	70/30	30,00	7,00	8,00	7,00	128,00
312	Картофельное пюре (картофель, молоко 2,5 %, слив. масло 72%, йодир. соль)	150	24,00	3,06	5,00	20,40	137,00
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.)	30/25	4,60	3,55	0,60	22,55	110,00
ПР	Плюшка "По -Московски" (мука пшеничная, сахар, конд. жир, дрожжи)	50	12,00	4,25	3,40	29,70	166,40
Итого:		555	75,60	17,99	17,02	94,85	603,40
Обед							
104/105	Суп картофельный с фрикадельками из цыплят (картофель п/ф., морк., лук репч., томат. пюре, масло раст., укроп зелень, лавр. лист, йодир. соль, мясо кур, лук репчат., яйцо куриное, йодир. соль)	250/20	28,30	8,03	7,73	18,59	176,68
290/330	Грудка куриная (филе) в смет. соусе (мясо кур., сметана 15%, сл. масло 72%, йодир. соль)	35/30	30,00	0,70	3,32	3,10	45,40
302	Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, сл. масло 72%, йодир. соль)	140	18,00	8,00	6,00	36,00	228,00
377	Чай с сахаром (чай черный, сахар)	200	4,00	0,60	0,00	26,00	106,00
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/20	4,10	3,50	0,88	22,00	109,00
Итого:		725	84,40	20,83	17,93	105,69	665,08
Всего:		1280	160,00	38,82	34,95	200,54	1 268,48

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

Мер, Шинкина

Утверждаю
 МУП "Школьное питание" г.о.Жигулевск
 Директор Т.П.Олисова

Согласовано
 ГБОУ СО(О)Ш № 10
 Директор *М.А.*

Меню на " 18" мая 2022 г.

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

13 день цикл. меню

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводов, г	ЭЦ, ккал
Завтрак							
287/331	Голубцы ленивые из цыплят в соусе сметанном с томатом (б/к капуста, мясо кур., яйцо куриное, крупа рисовая, соус- томат. пюре, сметана 15%, мука пшенич., Йодир. соль)	70/30	30,00	7,00	8,00	7,00	128,00
312	Картофельное пюре (картофель, молоко 2,5 %, слив. масло 72%, Йодир. соль)	150	24,00	3,06	5,00	20,40	137,00
377	Чай фруктовый (с/м смородина) (чай черный, сахар, смородина св./мор.)	200	5,00	0,13	0,04	15,22	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							
ПР	Сыр плавленный ломтевой сливочный классич.	18	16,55	1,75	4,73	0,86	50,75
Итого:		508	78,75	14,84	18,59	61,38	466,75
Обед							
50	Салат из свеклы с сыром и чесноком (свекла вар., сыр п/тв. раст.масло, чеснок, соль Йод.)	30	7,00	1,40	2,80	2,20	40,00
104/105	Суп картофельный с фрикадельками из цыплят (картофель п/ф., морк., лук репч., томат. пюре, масло раст., укроп зелень, лавр.лист, Йодир. соль, мясо кур, лук репчат., яйцо куриное, Йодир. соль)	200/20	25,00	7,54	7,14	14,91	154,58
290/330	Грудка куриная (филе) в смет. соусе (мясо кур., сметана 15%, сл.масло 72%, Йодир.соль)	35/30	32,00	0,70	3,32	3,10	45,40
302	Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, сл. масло 72%, Йодир. соль)	130	15,00	7,50	5,20	33,50	211,00
377	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.)	30/20	4,10	3,50	0,88	22,00	109,00
дополнительная витаминизация							
338	Десерт фруктовый (апельсин свежий порционно)	80	16,55	1,00	0,20	9,00	43,00
Итого:		775	103,65	21,71	19,56	99,71	662,98
Всего		1283	182,40	36,55	38,15	161,09	1129,73

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

М.А., *Шиманов*

14 день цикл меню

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
Завтрак							
71	Овощи свежие (огурцы порционно)	15	4,00	0,10	0,00	0,38	2,00
256	Мясо тушеное (свинина) (свинина мякоть, морковь, лук репч., раст. масло, томат. соус, пшеничн. мука, йодир. соль)	40/40	34,00	8,40	22,50	2,00	244,00
309	Макаронные изделия отварные (макаронны из пшенич. муки, слив. масло 72%, йодир. соль)	150	10,00	4,80	4,80	23,00	146,00
387(2)	Напиток из плодов и ягод (плоды свежие, ягоды св./мор., сахар)	200	11,00	0,00	0,10	26,00	107,00
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							
ПР	Сок фруктовый в индивидуальной упаковке	200	16,55	1,00	0,20	20,20	86,60
Итого:		685	78,75	17,20	28,42	89,48	674,60
Обед							
25	Салат "Степной" из разных овощей (картофель, морковь, лук репч., огурец консервиров., зел. горошек консерв., раст. масло, йодир. соль)	30	5,00	0,40	2,00	2,00	26,00
99	Суп овощной на бульоне из мяса цыплят, зеленью (б/к капуста, картофель, лук репч., морковь, мясо кур., зел. горошек консерв., раст. масло, укроп зелень, сметана 15%, йодир. соль, лавр. лист)	200	23,00	6,93	12,33	9,68	142,77
265	Плов из свинины (свинина постная мякоть, крупа рисовая, морковь, лук репч., раст. масло, соль йодир.)	40/150	47,00	16,00	12,00	40,00	331,00
349	Компот из сухофруктов (смесь сухофруктов, сахар)	200	8,00	0,66	0,09	32,00	132,80
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/20	4,10	3,50	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:		770	103,65	28,49	27,70	115,68	785,97
Всего:		1455	182,40	45,69	56,12	205,16	1460,57

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

М.С. Шинкина