

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

Меню на "18" ноября 2022г
 Возрастная категория с 7 до 11 лет

Согласовано
 ГБОУ С (О)ОШ № 10
 Директор Шел

5 день цикл. меню (аллергия на рыбу)

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход, г | Цена, руб | Химический состав | | | |
|-------------------------------------|--|-------------|---------------|-------------------|--------------|---------------|----------------|
| | | | | белки, г | жиры, г | углеводы, г | ЭЦ, ккал |
| Завтрак | | | | | | | |
| 62 | Салат из моркови с чесноком (морковь, масло растительное, соль йодированная, чеснок) | 60 | 6,00 | 0,69 | 6,05 | 3,65 | 72,45 |
| 291 | Плов из птицы (мясо кур, крупа рисовая, морковь, лук репч., раст. масло, соль йодир.) | 50/150 | 45,00 | 16,85 | 22,00 | 41,19 | 430,77 |
| 349 | Компот из смеси сухофруктов (смесь сухофруктов, сахар, лимон. кислота) | 200 | 8,00 | 0,66 | 0,09 | 32,00 | 132,80 |
| 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 | | | | | | | |
| 338 | Десерт фруктовый (апельсин) | 150 | 19,09 | 1,00 | 0,20 | 9,00 | 43,00 |
| Итого: | | 650 | 62,20 | 21,90 | 28,76 | 105,38 | 771,76 |
| Обед | | | | | | | |
| 101/105 | Суп картофельный с крупой и мясными фрикадельками (картофель, крупа рисовая, лук репч., морковь, масло растит., мясо говяд., лук репчат., яйцо куриное, йодир. соль, зелень) | 200/20/1 | 23,00 | 6,61 | 4,04 | 14,92 | 122,96 |
| 14 (2002) /331 | Голубцы с мясом и рисом (ленивые) в соусе (б/к капуста, мясо говядины, свинины, яйцо куриное, крупа рисовая, соус-томат, поре, сметана 15%, мука пшенич., йодир. соль) | 70/30 | 34,00 | 7,40 | 5,48 | 6,97 | 107,50 |
| 312 | Картофельное пюре (картофель, молоко 2,5%, слив. масло 72%, йодир. соль) | 150 | 22,00 | 3,28 | 5,60 | 22,06 | 152,24 |
| 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.) | 30/20 | 4,10 | 3,49 | 0,52 | 24,37 | 116,12 |
| Дополнительная витаминизация | | | | | | | |
| 338 | Десерт фруктовый (яблоко) | 100 | 19,09 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 |
| Итого: | | 801 | 87,10 | 21,25 | 16,06 | 93,12 | 605,82 |
| Всего: | | 1451 | 149,30 | 43,15 | 44,82 | 198,50 | 1377,58 |

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством Шел

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

Согласовано
 ГБОУ С (О)ОШ № 10
 Директор И.И. [подпись]

Меню на "18" ноября 2022г
 Возрастная категория с 7 до 11 лет

5 день цикл. меню (молочный белок)

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход, г | Цена, руб | Химический состав | | | |
|-------------------------------------|---|-------------|---------------|-------------------|--------------|---------------|----------------|
| | | | | белки, г | жиры, г | углеводы, г | ЭЦ, ккал |
| Завтрак | | | | | | | |
| 62 | Салат из моркови с чесноком (морковь, масло растительное, соль йодированная, чеснок) | 60 | 6,00 | 0,69 | 6,05 | 3,65 | 72,45 |
| 291 | Плов из птицы (мясо кур, крупа рисовая, морковь, лук репч., раст. масло, соль йодир.) | 50/150 | 45,00 | 16,85 | 22,00 | 41,19 | 430,77 |
| 349 | Компот из смеси сухофруктов (смесь сухофруктов, сахар, лимон. кислота) | 200 | 8,00 | 0,66 | 0,09 | 32,00 | 132,80 |
| 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 | | | | | | | |
| 338 | Десерт фруктовый (апельсин) | 150 | 19,09 | 1,00 | 0,20 | 9,00 | 43,00 |
| Итого: | | 650 | 62,20 | 21,90 | 28,76 | 105,38 | 771,76 |
| Обед | | | | | | | |
| 106 | Суп картофельный с рыбными консервами (картофель, морковь, лук репч., крупа, раст. масло, укроп зелень, консервы рыбные, йодир. соль) | 200/1 | 23,00 | 1,90 | 2,35 | 14,51 | 87,17 |
| 14 (2002) /540 | Голубцы с мясом и рисом (ленивые) в соусе красном основном (б/к капуста, мясо говядины, свинины, яйцо куриное, крупа рисовая, соус- томат. пюре, мука пшенич., йодир. соль) | 70/30 | 34,00 | 7,40 | 5,48 | 6,97 | 107,50 |
| 200 | Пюре из гороха и картофеля с маслом растительным (картофель, горох лущеный, масло растит., йодир. соль) | 150 | 22,00 | 9,02 | 6,68 | 23,63 | 191,08 |
| 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.) | 30/20 | 4,10 | 3,49 | 0,52 | 24,37 | 116,12 |
| Дополнительная витаминизация | | | | | | | |
| 338 | Десерт фруктовый (яблоко) | 100 | 19,09 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 |
| Итого: | | 781 | 87,10 | 22,28 | 15,45 | 94,28 | 608,87 |
| Всего: | | 1431 | 149,30 | 44,18 | 44,21 | 199,66 | 1380,63 |

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством И.И. [подпись]

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

Утверждено



Меню на "18" ноября 2022г

Возрастная категория с 12 лет и старше

Согласовано
 Директор _____



5 день цикл. меню (аллергия на рыбу)

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход, г | Цена, руб | Химический состав | | | |
|----------------|---|-------------|---------------|-------------------|--------------|---------------|----------------|
| | | | | белки, г | жиры, г | углеводы, г | ЭЦ, ккал |
| Завтрак | | | | | | | |
| 62 | Салат из моркови с чесноком (морковь, масло растительное, соль йодированная, чеснок) | 60 | 6,00 | 0,69 | 6,05 | 3,65 | 72,45 |
| 291 | Плов из птицы (мясо кур, крупа рисовая, морковь, лук репч., раст. масло, соль йодир.) | 50/160 | 47,00 | 17,13 | 22,73 | 43,93 | 449,50 |
| 349 | Компот из смеси сухофруктов (смесь сухофруктов, сахар, лимон. кислота) | 200 | 8,00 | 0,66 | 0,09 | 32,00 | 132,80 |
| ПР | Булочка Десертная | 50 | 10,00 | 4,20 | 4,35 | 29,60 | 174,05 |
| ПР | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.) | 30/25 | 4,60 | 3,77 | 0,58 | 26,84 | 127,62 |
| | Итого: | 575 | 75,60 | 26,45 | 33,80 | 136,02 | 956,42 |
| Обед | | | | | | | |
| 101/105 | Суп картофельный с крупой и мясными фрикадельками (картофель, крупа рисовая, лук репч., морковь, масло растит., | 250/20/1 | 25,30 | 7,09 | 4,62 | 18,57 | 144,89 |
| 14 (2002) /331 | Голубцы с мясом и рисом (ленивые) в соусе (б/к капуста, мясо говядины, свинины, яйцо куриное, крупа рисовая, соус-томат. поре, сметана 15%, мука пшенич., йодир.соль) | 70/30 | 34,00 | 7,40 | 5,48 | 6,97 | 123,50 |
| 312 | Картофельное пюре (картофель, молоко 2,5 %, слив. масло 72%, йодир.соль) | 130 | 17,00 | 2,84 | 4,86 | 19,12 | 131,94 |
| 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.) | 30/20 | 4,10 | 3,49 | 0,52 | 24,37 | 116,12 |
| | Итого: | 751 | 84,40 | 20,89 | 15,50 | 84,03 | 576,45 |
| | Всего: | 1326 | 160,00 | 47,34 | 49,30 | 220,05 | 1532,87 |

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством _____, _____