

Утверждаю  
 МУП "Школьное питание" г.о. Жигулевск  
 Директор Г.Н.Олисова

Меню на "20" октября 2022г  
 Возрастная категория с 7 до 11 лет

Согласовано  
 ГБОУ С(О)ОШ № 10

Директор

4 день цикл. меню

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
<i>Завтрак</i>							
98.06/331	Котлета мясо-рыбная "Веста" с соусом сметанным с томатом (филе цыпленка, минтая, морковь, лук репч., хлеб пшеничн., раст.масло)	70/50	33,00	7,08	13,03	11,09	191,19
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.)	20/20	3,20	2,70	0,42	19,54	92,74
<i>Дополнительная витаминизация</i>							
ПР	Сок фруктовый в индивидуальной упаковке	200	19,09	1,00	0,20	20,20	86,60
<b>Итого:</b>		<b>710</b>	<b>62,20</b>	<b>14,13</b>	<b>19,27</b>	<b>87,89</b>	<b>582,77</b>
<i>Обед</i>							
52	Салат из свеклы отварной (свекла, раст.масло, лимон.кисл., йодир.соль)	60	5,00	0,71	3,04	4,18	46,92
103	Суп картофельный с вермишелью на бульоне из мяса цыплят, зеленью (картофель п/ф., макарон. издел., морк., лук репч., мясо кур, масло раст., укроп зелень, йодир. соль)	200/15/1	16,00	5,06	4,71	18,50	129,89
297/331	Фрикадельки из цыплят с соусом сметанным с томатом (мясо кур., хлеб пшен., молоко 2,5%, яйцо кур., раст.масло, йодир.соль, сметана 15%, томат пюре)	60/50	42,00	10,61	12,19	8,66	187,45
171	Каша перловая рассыпчатая (крупа перловая, соль, масло слив. 72%)	150	9,00	4,68	4,88	33,49	196,77
389	Сок фруктовый (в ассортименте)	200	11,00	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
<i>Дополнительная витаминизация</i>							
ПР	Сыр плавленый ломтевой сливочный классич.	18	19,09	1,75	4,73	0,86	50,75
<b>Итого:</b>		<b>804</b>	<b>87,10</b>	<b>26,50</b>	<b>30,33</b>	<b>112,66</b>	<b>819,90</b>
<b>Всего:</b>		<b>1514</b>	<b>149,30</b>	<b>40,63</b>	<b>49,60</b>	<b>200,545</b>	<b>1402,67</b>

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

*М.И.Ш.*, *Шинкина*

Утверждено

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

Меню на "20" октября 2022г  
 Возрастная категория с 12 лет и старше

Согласовано  
 ГБОУ СО(О)ОШ № 10  
 Директор

4 день цикл. меню

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
<b>Завтрак</b>							
70	Овощи консервированные (огурец порционно) (огурец, лимон. кисл., йодир соль)	40	6,00	0,32	0,04	0,68	5,20
98.06	Котлета мясо-рыбная "Веста" (филе цыпленка, минтая, морковь, лук репч., хлеб пшеничн., раст. масло)	80	35,00	6,34	3,94	9,03	97,21
312	Картофельное пюре (картофель, молоко 2,5 %, слив. масло 72%, йодир соль)	180	26,00	3,94	6,73	26,48	187,20
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
	<b>Итого:</b>	<b>555</b>	<b>75,60</b>	<b>14,44</b>	<b>11,31</b>	<b>78,03</b>	<b>477,23</b>
<b>Обед</b>							
52	Салат из свеклы отварной (свекла, раст.масло, лимон.кисл., йодир.соль)	30	3,00	0,36	1,52	2,09	46,92
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 сметанным с томатом (мясо кур., хлеб пшен.,молоко 2,5%, яйцо кур., раст.масло, йодир соль, сметана 15%, томат пюре)	60/30	39,00	10,61	12,19	8,66	187,45
171	Каша перловая рассыпчатая (крупа перловая, соль, масло слив. 72%)	150	9,00	4,68	4,88	33,49	196,77
389	Сок фруктовый (в ассортименте)	200	11,00	0,20	0,26	22,60	92,00
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/20	4,10	3,50	0,52	24,37	116,12
	<b>Итого:</b>	<b>786</b>	<b>84,40</b>	<b>26,35</b>	<b>25,84</b>	<b>112,10</b>	<b>809,54</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1341</b>	<b>160,00</b>	<b>40,79</b>	<b>37,15</b>	<b>190,13</b>	<b>1286,77</b>

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

*Т.П.Олисова*, *И.И.Иванова*

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

Меню на "20" октября 2022г

Согласовано  
 ГБОУ СО(О)Ш № 10

Директор

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

4 день цикл меню

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
<b>Завтрак</b>							
98.06/331	Котлета мясо-рыбная "Веста" с соусом сметанным с томатом (филе цыпленка, мятная, морковь, лук репч., хлеб пшеничн., раст.масло)	70/50	33,00	7,08	13,03	11,09	191,19
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	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
<b>Дополнительная витаминизация</b>							
ПР	Сок фруктовый в индивидуальной	200	19,09	1,00	0,20	20,20	86,60
<b>Итого:</b>		<b>710</b>	<b>62,20</b>	<b>14,13</b>	<b>19,27</b>	<b>87,89</b>	<b>582,77</b>
<b>Обед</b>							
52	Салат из свеклы отварной (свекла, раст.масло, лимон.кисл., йодир.соль)	60	5,00	0,71	3,04	4,18	46,92
103	Суп картофельный с вермишелью на бульоне из мяса цыплят, зеленью (картофель п/ф, микрон. издел., морк., лук репч., мясо кур, масло раст., укроп зелень, йодир. соль)	200/15/1	16,00	5,06	4,71	18,50	129,89
297/331	Фрикадельки из цыплят с соусом сметанным с томатом (мясо кур., хлеб пшен. молоко 2,5%, яйцо кур., раст.масло, йодир.соль, сметана 15%, томат пюре)	60/50	42,00	10,61	12,19	8,66	187,45
171	Каша перловая рассыпчатая (крупа перловая, соль, масло слив. 72%)	150	9,00	4,68	4,88	33,49	196,77
389	Сок фруктовый (в ассортименте)	200	11,00	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
<b>Дополнительная витаминизация</b>							
ПР	Сыр плавленый ломтевой сливочный классич.	18	19,09	1,75	4,73	0,86	50,75
<b>Итого:</b>		<b>804</b>	<b>87,10</b>	<b>26,50</b>	<b>30,33</b>	<b>112,66</b>	<b>819,90</b>
<b>Всего:</b>		<b>1514</b>	<b>149,30</b>	<b>40,63</b>	<b>49,60</b>	<b>200,545</b>	<b>1402,67</b>

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

*М.П. Школьное питание*

Утверждаю

МУП "Школьное питание" г.о.Жигулевск

Директор Т.П.Олисова

Согласовано

ГБОУ С (О)ОШ № 10

Директор

Меню на "20" октября 2022г

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

4 день цикл. меню

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
	<i>Обед</i>						
52	Салат из свеклы отварной (свекла, раст.масло, лимон.кисл., йодир.соль)	40	3,00	0,47	2,03	2,79	31,28
103	Суп картофельный с вермишелью на бульоне из мяса цыплят, зеленью (картофель п/ф., макарон. издел., морк., лук репч., мясо кур, масло раст.,	200/15/1	16,00	5,06	4,71	18,50	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)	60/30	39,00	10,61	12,19	8,66	187,45
171	Каша перловая рассыпчатая (крупа перловая, соль, масло слив.72%)	140	8,00	4,68	4,88	33,49	196,77
389	Сок фруктовый (в ассортименте)	200	11,00	0,20	0,26	22,60	92,00
ГПР	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>721</b>	<b>79,30</b>	<b>23,32</b>	<b>24,51</b>	<b>100,44</b>	<b>707,39</b>

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

*Мер*, *Шинкина*