

Утверждаю

МУП "Школьное питание" г.о.Жигулевск

Директор _____

Согласовано

ГБОУ С (О)ОШ № 10

Директор _____

Меню на "21" декабря 2022 г.

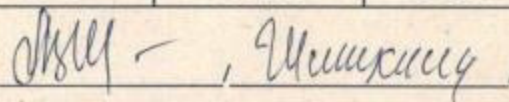
Возрастная категория с 12 лет и старше

13 день цикла меню (аллергия на рыбу)

№ 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 (б/к капуста, мясо кур., яйцо куриное, крупа рисовая, соус- томат, пюре, сметана 15%, мука пшенич., йодир. соль)	100/30	40,00	9,74	10,91	9,17	174,90
302	Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, сл. масло 72%, йодир. соль)	150	18,00	9,02	6,69	40,81	254,18
377	Чай фруктовый (вишня) (чай черный, сахар, вишня св./мор.)	200	5,00	0,13	0,04	15,22	62,00
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/25	4,60	3,77	0,58	26,84	127,62
ПР	Булочная мелочь (мука пшеничн., раст. масло, соль, сахар, дрожжи.)	40	8,00	2,37	3,57	18,54	115,83
	Итого:	575	75,60	25,03	21,79	110,58	734,53
	Обед						
104/105	Суп картофельный с фрикадельками из цыплят с зеленью (картофель п/ф., морк., лук репч., томат. пюре, масло раст., укроп зелень, лавр. лист, йодир. соль, мясо кур, лук репчат., яйцо куриное, йодир. соль)	250/20/1	23,30	13,61	12,52	18,76	242,87
290/330	Грудка куриная (филе) в соусе сметанном (мясо кур., сметана 15%, сл. масло 72%, йодир. соль.)	40/30	33,00	0,81	3,72	3,48	51,04
309	Макаронные изделия отварные (макаронны из пшен. муки, слив. масло 72%, йодир. соль.)	150	10,00	5,80	5,01	37,05	216,72
382	Какао с молоком	200	14,00	4,07	3,53	17,58	118,60
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/20	4,10	3,49	0,52	24,37	116,12
	Итого:	741	84,40	27,78	25,30	101,24	745,35
	Всего:	1316	160,00	52,81	47,09	211,82	1 479,88

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством



МУП "Школа № 21" г. Жигулевск
 Директор: А. Кустова

Меню на "21" декабря 2022 г.
 Возрастная категория с 7 до 11 лет

Согласовано
 ГБОУ С (О)Ш № 21
 Директор: [подпись]

13 дней: цыплят, меню (аллергия на рыбу)

№ 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/х капуста, мясо кур., яйцо куриное, крупа рисовая, соус- томат, пюре, сметана 15%, мука)	70/30	30,00	6,95	7,98	6,96	128,27
302	Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, сл. масло 72%, йодир. соль)	130	16,00	7,82	5,80	35,37	224,62
377	Чай фруктовый (вишня) (чай черный, сахар, вишня сл./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	2,70	0,42	19,54	92,74
ПР	Булочная мелочь (мука пшеничн., раст. масло, соль, сахар, дрожжи.)	40	8,00	2,37	3,57	18,54	115,83
Дополнительная витаминизация							
ПР	Сок фруктовый в индивидуальной упаковке	200	19,09	1,00	0,20	20,20	86,60
Итого:		710	62,20	20,97	18,01	115,83	710,06
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 куриц., йодир. соль.)	200/20/1	22,00	7,54	7,14	14,91	154,51
290/330	Грудка куриная (филе) в соусе сметанном (мясо кур., сметана 15%, сл. масло 72%, йодир. соль.)	40/50	37,00	0,71	3,52	3,10	47,20
309	Макаронные изделия отварные (макароны из пшени. муки, слив. масло 72%, йодир. соль)	150	10,00	5,80	5,01	37,05	216,72
382	Какао с молоком (какао порошок, сахар, молоко 2,5%)	200	14,00	4,07	3,53	17,58	118,60
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:		729	87,10	23,36	24,45	97,87	703,90
Всего:		1439	149,30	44,33	42,46	213,70	1413,96

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

[подпись]

Меню на "21" декабря 2022 г.
 Возрастная категория с 7 до 11 лет

13 день цикла меню (молочный белок)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭН, ккал
Завтрак							
287 /540	Голубцы ленивые из цыплят в соусе красном основном (б/к капуста, мясо кур., яйцо куриное, крупа рисовая, соус- томат. шпоре, мука пшенич., йодир. соль)	70/30	30,00	6,95	7,98	6,96	128,27
302	Каша гречневая рассыпчатая с маслом растительным (крупа гречневая, растит.масло, йодир. соль)	130	16,00	7,82	5,80	35,37	224,62
377	Чай фруктовый (вишня) (чай черный, сахар, вишня 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	2,70	0,42	19,54	92,74
ПР	Булочная мелочь (мука пшеничн., раст. масло, соль, сахар, дрожжи.)	40	8,00	2,37	3,57	18,54	115,83
Дополнительная витаминизация							
ПР	Сок фруктовый в индивидуальной упаковке	200	19,09	1,00	0,20	20,20	86,60
Итого:		710	62,20	20,97	18,01	115,83	710,06
Обед							
104/105	Суп картофельный с фрикадельками из цыплят с зеленью (картофель п/ф., морк., лук репч., томат. шпоре, масло раст., укроп зелень, лавр. лист, йодир. соль, мясо кур., лук репчат., яйцо куриное, йодир. соль)	200/20/1	22,00	7,54	7,14	144,91	154,58
290/540	Грудка куриная (филе) в соусе красном основном (мясо кур., масло растит., томат.паста, морковь, лук репчатый, йодир. соль.)	40/50	37,00	0,71	3,52	3,10	47,20
309	Макаронные изделия отварные с растительным маслом (макароны из пшени. муки, масло растит., йодир. соль)	150	10,00	5,41	4,68	34,58	202,27
376	Чай с сахаром (чай черный, сахар)	200	14,00	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							
ПР	Сыр плавленый ломтевой сливочный классич.	18	19,09	1,75	4,73	0,86	50,75
Итого:		729	87,10	18,97	20,61	222,82	630,92
Всего:		1439	149,30	39,94	38,62	338,65	1340,98

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством *М.И. Мещеряков*