

Утверждаю

МУП "Школьное питание" г.о. Жигулевск

Директор Г.И. Олисова

ГБОУ СО(О)ОШ № 10

Согласовано

Директор Шер

Меню на "24" ноября 2022г

Возрастная категория с 7 до 11 лет

9 день цикла. меню(аллергия на рыбу)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
<b>Завтрак</b>							
279/331	Тефтели из мяса цыплят с соусом сметанным с томатом (филе кур, крупа рисовая, яйцо кур., лук репч., соус- томат. пюре, мука)	60/50	29,00	9,95	8,67	29,86	235,16
312	Картофельное пюре (картофель, молоко 2,5 %, слив. масло 72%, йодир. соль)	150	22,00	3,28	5,60	22,06	152,24
646	Напиток лимонный (лимон сежий, сахар)	200	8,00	0,14	0,02	24,43	101,20
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 упаковке	200	19,09	1,00	0,20	20,20	86,60
<b>Итого:</b>		<b>700</b>	<b>62,20</b>	<b>17,07</b>	<b>14,91</b>	<b>116,09</b>	<b>667,94</b>
<b>Обед</b>							
88	Щи из свежей капусты и картофеля на бульоне из мяса цыплят, со сметаной, зеленью (б/к капуста, томат пюре, морк., лук репч., мясо кур., масло растит., сметана 15%, укроп)	200/15/10/1	20,00	6,83	11,73	7,81	129,29
260	Гуляш из говядины (мясо говядины, лук репчатый, томат паста, соль йодированная, мука пшеничная, масло растительное)	30/60	40,00	9,84	6,18	3,70	110,14
302	Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, сл. масло, йодир. соль)	150	18,00	9,02	6,69	40,81	259,18
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.)	30/20	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>734</b>	<b>87,10</b>	<b>31,06</b>	<b>29,87</b>	<b>92,75</b>	<b>727,48</b>
<b>Всего:</b>		<b>1434</b>	<b>149,30</b>	<b>48,13</b>	<b>44,78</b>	<b>208,84</b>	<b>1395,42</b>

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

Шер

Утверждено

МУП "Школьное питание" г.о. Жигулевск  
Директор Т.П. ОлисоваСогласовано  
ГБОУ СО(О)ОШ № 10

Согласовано

Директор

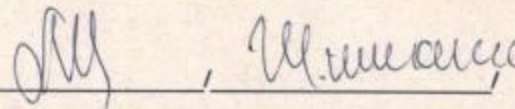
Меню на "24" ноября 2022г  
Возрастная категория с 7 до 11 лет

9 день цикл. меню (молочный белок)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭН, ккал
	<b>Завтрак</b>						
279/540	Тефтели из мяса цыплят с соусом красным ОСНОВНЫМ (филе кур, крупа рисовая, яйцо кур., лук репч., соус-томат. пюре,	60/50	29,00	9,58	10,91	28,92	249,94
310	Картофель отварной с растительным маслом, зеленью (картофель, масло растит., соль йодир., зелень)	150	22,00	3,04	5,85	24,53	163,19
646	Напиток лимонный (лимон свежий, сахар)	200	8,00	0,14	0,02	24,43	101,20
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 упаковке	200	19,09	1,00	0,20	20,20	86,60
	<b>Итого:</b>	<b>700</b>	<b>62,20</b>	<b>16,46</b>	<b>17,40</b>	<b>117,62</b>	<b>693,67</b>
	<b>Обед</b>						
88	Щи из свежей капусты и картофеля на бульоне из мяса цыплят, зеленью (б/к капуста, томат пюре, морк., лук репч., мясо кур., масло растит., укроп зелень, йодир. соль)	200/15/1	20,00	6,83	11,73	7,81	129,29
260	Гуляш из говядины (мясо говядины, лук репчатый, томат паста, соль йодированная, мука пшеничная, масло растительное)	30/60	40,00	9,84	6,18	3,70	110,14
302	Каша гречневая рассыпчатая с растительным маслом (крупа гречневая, йодированная соль, масло растительное)	150	18,00	9,02	6,69	40,81	259,18
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.)	30/20	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>724</b>	<b>87,10</b>	<b>31,06</b>	<b>29,87</b>	<b>92,75</b>	<b>727,48</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1424</b>	<b>149,30</b>	<b>47,52</b>	<b>47,27</b>	<b>210,37</b>	<b>1421,15</b>

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством



Утверждено

Согласовано

МУП "Школьное питание" г.о. Жигулевск

ГБОУ С (О)ОШ № 10

Директор Т.В.Олисова

Директор

Меню на "24" ноября 2022г

Возрастная категория с 12 лет и старше

9 день цикл. меню (аллергия на рыбу)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
	<b>Завтрак</b>						
279/331	Тефтели из мяса цыплят с соусом (филе кур, крупа рисовая, яйцо кур., лук репч., соус- томат. поре, мука пшенич., йодир. соль)	70/50	40,00	10,28	16,20	12,81	238,83
312	Картофельное пюре (картофель, молоко 2,5 %, слив. масло 72%, йодир. соль)	160	23,00	3,50	5,98	23,54	162,40
646	Напиток лимонный (лимон сезай, сахар)	200	8,00	0,14	0,02	24,43	101,20
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>535</b>	<b>75,60</b>	<b>17,69</b>	<b>22,78</b>	<b>87,62</b>	<b>630,05</b>
	<b>Обед</b>						
88	Щи из свежей капусты и картофеля на бульоне из мяса цыплят, со сметаной, зеленью (б/к капуста, томат поре, морк., лук репч., мясо кур., масло растит., сметана 15%, укроп зелень, йодир. соль)	250/15/10/1	21,30	7,47	13,60	9,69	147,43
260	Гуляш из говядины (мясо говядины, томат поре, лук репчатый, соль йодированная, масло растительное)	30/30	38,00	9,84	6,18	3,70	110,14
302	Каша гречневая рассыпчая (крупа гречневая, сл. масло, йодир. соль)	130	16,00	7,82	5,80	35,37	224,62
377	Чай фруктовый (с/м смородина) (чай черный, сахар, смородина сл./мор.)	200	5,00	0,13	0,02	15,20	62,00
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/20	4,10	3,49	0,52	24,37	116,12
	<b>Итого:</b>	<b>716</b>	<b>84,40</b>	<b>28,75</b>	<b>26,12</b>	<b>88,33</b>	<b>660,31</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1251</b>	<b>160,00</b>	<b>46,44</b>	<b>48,90</b>	<b>175,95</b>	<b>1 290,36</b>

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

