

Муниципальное учреждение  
МуП "Школьное питание" г.о.Жигулевск  
Директор Т.П.Олисова

ГБОУ СОУ ОШ № 10

Согласовано

Директор

Меню на "24" октября 2022 г.  
Возрастная категория с 12 лет и старше

6 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>							
260	Гуляш из говядины (говядина, томат, пюре, лук репч., раст.масло, мука пшеничная, йодир. соль)	30/60	40,00	9,84	6,18	3,70	110,14
304	Рис отварной (крупа рисовая, слив. масло 72%, йодир. соль)	150	17,00	3,81	6,11	40,01	230,31
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
ПР	Булочка десертная (мука пшеничн., раст.масло, дрожжи, соль, сахар)	50	10,00	4,20	4,35	29,60	174,05
<b>Итого:</b>		<b>545</b>	<b>75,60</b>	<b>21,69</b>	<b>17,24</b>	<b>115,15</b>	<b>702,12</b>
<b>Обед</b>							
24	Салат из св. помидоров и огурцов с репч. луком (огурец св, помидор св, лук репчатый, масло раст, йодир.соль)	25	5,00	0,24	1,52	0,91	17,65
95	Рассольник домашний на бульоне из щиплят (картофель, огурцы консервир., морк., лук репч., мясо кур., масло растит., сметана 15%, укроп зелень, йодир.соль)	250/15/10/1	21,30	7,80	13,99	15,67	181,73
ПР/331	Тефтели из индейки с соусом (мясо индейки, крупа рисовая, яйцо кур.,соус- томат. пюре, сметана 15%, мука пшенич., йодир.соль)	65/50	36,00	8,00	14,00	15,00	220,00
309	Макаронные изделия отварные (макаронны из пшен.муки, слив.масло 72%, йодир.соль)	150	10,00	5,41	4,68	34,58	202,27
646	Напиток лимонный (лимон св,сахар)	200	8,00	0,14	0,02	24,43	101,20
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>816</b>	<b>84,40</b>	<b>25,09</b>	<b>34,73</b>	<b>114,96</b>	<b>838,97</b>
<b>Всего:</b>		<b>1361</b>	<b>160,00</b>	<b>46,78</b>	<b>51,97</b>	<b>230,11</b>	<b>1 541,09</b>

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

*Т.П.Олисова*

Меню на "24" октября 2022 г.


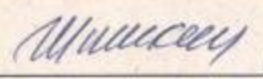
Возрастная категория с 7 до 11 лет

6 день цикл: меню (аллергия на рыбу)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	Э. ккал
<b>Завтрак</b>							
260	Гуляш из говядины (говядина, томат, пюре, лук репч., раст. масло, мука пшеничная, йодир, соль)	30/30	38,00	9,84	6,18	3,70	110,14
304	Рис отварной (крупа рисовая, слив. масло 72%, йодир, соль)	150	17,00	3,81	6,11	40,01	230,31
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
<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>650</b>	<b>62,20</b>	<b>17,42</b>	<b>12,93</b>	<b>98,45</b>	<b>579,79</b>
<b>Обед</b>							
24	Салат из св. помидоров и огурцов с репч. луком (огурец св, помидор св, лук репчатый, масло раст., йодир, соль)	60	10,00	0,54	3,68	5,08	44,1
95	Рассольник домашний на бульоне из цыплят (картофель, огурцы консервир., морк., лук репч., мясо кур., масло растит., сметана 15%, йодир, соль)	200/15/10/1	19,00	7,12	12,20	18,60	158,35
ПР/331	Тефтели из индейки с соусом (мясо индейки, крупа рисовая, яйцо кур., соус- томат, пюре, сметана 15%, мука пшенич., йодир, соль)	65/50	36,00	8,00	14,00	15,00	220,00
309	Макаронные изделия отварные (макаронны из пшени муки, слив. масло 72%, йодир, соль)	150	10,00	5,41	4,68	34,58	202,27
646	Напиток лимонный (лимон св, сахар)	200	8,00	0,14	0,02	24,43	101,20
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>819</b>	<b>87,10</b>	<b>26,45</b>	<b>39,83</b>	<b>122,92</b>	<b>892,79</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1469</b>	<b>149,3</b>	<b>43,87</b>	<b>52,76</b>	<b>221,37</b>	<b>1472,58</b>

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

 , 

Утверждаю

МУП "Школьное питание" г.о.Жигулевск

Директор Т.П.ОлисоваСогласовано  
ГБОУ С (О)ОИЦ № 10

Меню на "24" октября 2022 г.

Возрастная категория с 7 до 11 лет

6 день цикла меню (аллергия на молочный белок)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углевода, г	ЭЦ, ккал
<b>Завтрак</b>							
260	Гуляш из говядины	30/30	38,00	9,84	6,18	3,70	110,14
304	Рис отварной с маслом растительным (крупа рисовая, масло растит., йодир. соль)	150	17,00	3,81	6,11	40,01	230,31
376	Чай с сахаром (чай черный, сахар)	200	4,00	0,07	0,02	15,00	60,00
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный	20/20	3,20	2,70	0,42	19,54	92,74
<b>Дополнительная витаминизация</b>							
ПР	Сок фруктовый в индивидуальной упаковке	200	<b>19,09</b>	1,00	0,20	20,20	86,60
<b>Итого:</b>		<b>650</b>	<b>62,20</b>	<b>17,42</b>	<b>12,93</b>	<b>98,45</b>	<b>579,79</b>
<b>Обед</b>							
24	Салат из свежих помидоров и огурцов с репч. луком (огурец св, помидор св, лук репчатый, масло раст, йодир. соль)	60	10,00	0,48	3,03	1,82	35,35
95	Рассольник домашний на бульоне из цыплят с зеленью (картофель, огурцы консервир., морк., лук репч., мясо кур., масло растит., укроп зелень, йодир. соль)	200/15/1	19,00	7,12	12,20	18,60	158,35
ПР/540	Тефтели из индейки с соусом красным основным (мясо индейки, крупа рисовая, яйцо кур., соус-томат. пюре, сметана 15%, мука пшенич., йодир. соль)	65/50	36,00	8,00	14,00	15,00	220,00
309	Макаронные изделия отварные с маслом растительным (макаронны из пшен. муки, масло растит, йодир. соль)	150	10,00	5,41	4,68	34,58	202,27
646	Напиток лимонный (лимон св, сахар)	200	8,00	0,14	0,02	24,43	101,20
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>							
338	Десерт фруктовый (апельсин свежий)	150	<b>19,09</b>	1,00	0,20	9,00	43,00
<b>Итого:</b>		<b>941</b>	<b>87,10</b>	<b>25,64</b>	<b>34,65</b>	<b>127,80</b>	<b>876,29</b>
<b>Всего</b>		<b>1591</b>	<b>149,30</b>	<b>43,06</b>	<b>47,58</b>	<b>226,25</b>	<b>1 456,08</b>

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

