



МУП "Школьное питание" г.о. Жигулевск

Директор Т.П.Олисова

Меню на " 28 " апреля 2022 г.

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

ГБОУ С (О)ОШ № 10

Директор

Согласовано

14 день цикл. меню

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
<b>Завтрак</b>							
71	Овощи свежие (огурцы порционно)	15	4,00	0,10	0,00	0,38	2,00
256	Мясо тушеное (свинина) (свинина мякоть, морковь, лук репч., раст. масло, томат. соус, пшеничн. мука, йодир. соль)	40/40	34,00	8,40	22,50	2,00	244,00
309	Макаронные изделия отварные (макароны из пшенич. муки, слив. масло 72%, йодир. соль)	150	10,00	4,80	4,80	23,00	146,00
387(2)	Напиток из плодов и ягод (плоды свежие, ягоды св./мор., сахар)	200	11,00	0,00	0,10	26,00	107,00
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	20/20	3,20	2,90	0,82	17,90	89,00
<b>дополнительная витаминизация</b>							
ПР	Сок фруктовый в индивидуальной упаковке	200	16,55	1,00	0,20	20,20	86,60
<b>Итого:</b>		<b>685</b>	<b>78,75</b>	<b>17,20</b>	<b>28,42</b>	<b>89,48</b>	<b>674,60</b>
<b>Обед</b>							
25	Салат "Степной" из разных овощей (картофель, морковь, лук репч., огурец консервиров., зел. горошек консерв., раст. масло, йодир. соль)	30	5,00	0,40	2,00	2,00	26,00
99	Суп овощной на бульоне из мяса цыплят, зеленью (б/к капуста, картофель, лук репч., морковь, мясо кур., зел. горошек консерв., раст. масло, укроп, зелень, сметана 15%, йодир. соль, лавр. лист)	200	23,00	6,93	12,33	9,68	142,77
265	Плов из свинины (свинина постная мякоть, крупа рисовая, морковь, лук репч., раст. масло, соль йодир.)	40/150	47,00	16,00	12,00	40,00	331,00
349	Компот из сухофруктов (смесь сухофруктов, сахар)	200	8,00	0,66	0,09	32,00	132,80
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/20	4,10	3,50	0,88	22,00	109,00
<b>дополнительная витаминизация</b>							
338	Десерт фруктовый (яблоко свежее порционно)	100	16,55	1,00	0,40	10,00	44,40
<b>Итого:</b>		<b>770</b>	<b>103,65</b>	<b>28,49</b>	<b>27,70</b>	<b>115,68</b>	<b>785,97</b>
<b>Всего:</b>		<b>1455</b>	<b>182,40</b>	<b>45,69</b>	<b>56,12</b>	<b>205,16</b>	<b>1460,57</b>

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

*Т.П.Олисова*

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

Согласовано  
 ГБОУ СО(О)УШ № 10  
 Директор *Мих*

Меню на " 28 " апреля 2022 г.  
 Возрастная категория с 12 лет и старше

14 день цикл. меню

№ рецентуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
<b>Завтрак</b>							
71	Овощи свежие (огурцы порционно)	20	6,00	0,16	0,02	0,50	2,80
256	Мясо тушеное (свинина) (свинина мякоть, морковь, лук репч., раст. масло, томат. соус, пшеничн. мука, йодир. соль)	45/45	44,00	9,50	25,00	2,30	275,00
309	Макаронные изделия отварные (макаронны из пшен. муки, слив. масло 72%, йодир. соль)	150	10,00	5,50	4,50	26,40	168,50
387(2)	Напиток из плодов и ягод (плоды свежие, ягоды св./мор., сахар)	200	11,00	0,00	0,10	26,00	107,00
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/25	4,60	3,55	0,60	22,55	110,00
<b>Итого:</b>		<b>515</b>	<b>75,60</b>	<b>18,55</b>	<b>30,20</b>	<b>77,25</b>	<b>660,50</b>
<b>Обед</b>							
99	Суп овощной на бульоне из мяса цыплят, зеленью (б/к капуста, картофель, лук репч., морковь, мясо кур., зел. горошек консерв., раст. масло, укроп, зелень, сметана 15%, йодир. соль, лавр. лист)	250	25,30	7,58	14,17	12,01	162,41
265	Плов из свинины (свинина постная мякоть, крупа рисовая, морковь, лук репч., раст. масло, соль йодир.)	40/150	47,00	16,00	12,00	40,00	331,00
349	Компот из сухофруктов (смесь сухофруктов, сахар)	200	8,00	0,66	0,09	32,00	132,80
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/20	4,10	3,50	0,88	22,00	109,00
<b>Итого:</b>		<b>690</b>	<b>84,40</b>	<b>27,74</b>	<b>27,14</b>	<b>106,01</b>	<b>735,21</b>
<b>Всего:</b>		<b>1205</b>	<b>160,00</b>	<b>46,29</b>	<b>57,34</b>	<b>183,26</b>	<b>1 395,71</b>

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

*МЦ*, *Михалина*

Меню на " 28" апреля 2022 г.  
 Возрастная категория с 7 до 11 лет

14 день цикл. меню

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
<b>Завтрак</b>							
71	Овощи свежие (огурцы порционно)	15	4,00	0,10	0,00	0,38	2,00
256	Мясо тушеное (свинина) (свинина мякоть, морковь, лук репч., раст. масло, томат. соус, пшенич. мука, йодир. соль)	40/40	34,00	8,40	22,50	2,00	244,00
309	Макаронные изделия отварные (макарониз. из пшенич. муки, слив. масло 72%, йодир. соль)	150	10,00	4,80	4,80	23,00	146,00
387(2)	Напиток из плодов и ягод (плоды свежие, ягоды св./мор., сахар)	200	11,00	0,00	0,10	26,00	107,00
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	20/20	3,20	2,90	0,82	17,90	89,00
<b>дополнительная витаминизация</b>							
ПР	Сок фруктовый в индивидуальной упаковке	200	16,55	1,00	0,20	20,20	86,60
<b>Итого:</b>		<b>685</b>	<b>78,75</b>	<b>17,20</b>	<b>28,42</b>	<b>89,48</b>	<b>674,60</b>
<b>Обед</b>							
25	Салат "Степной" из разных овощей (картофель, морковь, лук репч., огурец консервиров., зел. горошек конс., раст. масло, йодир. соль)	30	5,00	0,40	2,00	2,00	26,00
99	Суп овощной на бульоне из мяса цыплят, зеленью (б/к капуста, картофель, лук репч., морковь, мясо кур., зел. горошек конс., раст. масло, укроп, зелень, сметана 15%, йодир. соль, лавр. лист)	200	23,00	6,93	12,33	9,68	142,77
265	Плов из свинины (свинина постная мякоть, крупа рисовая, морковь, лук репч., раст. масло, соль йодир.)	40/150	47,00	16,00	12,00	40,00	331,00
349	Компот из сухофруктов (смесь сухофруктов, сахар)	200	8,00	0,66	0,09	32,00	132,80
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/20	4,10	3,50	0,88	22,00	109,00
<b>дополнительная витаминизация</b>							
338	Десерт фруктовый (яблоко свежее порционно)	100	16,55	1,00	0,40	10,00	44,40
<b>Итого:</b>		<b>770</b>	<b>103,65</b>	<b>28,49</b>	<b>27,70</b>	<b>115,68</b>	<b>785,97</b>
<b>Всего:</b>		<b>1455</b>	<b>182,40</b>	<b>45,69</b>	<b>56,12</b>	<b>205,16</b>	<b>1460,57</b>

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

*ММ*, *Шиманец*