

МУП "Школьное питание" г.о. Жигулевск

Директор Т.Ц.Олисова

ГБОУ С (О)ОШ № 10

Директор

Меню на "28" ноября 2022г

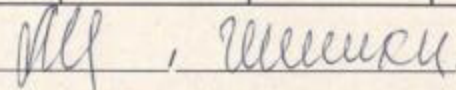
Возрастная категория с 7 до 11 лет

11 день цик. меню (аллергия на рыбу)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
	<b>Завтрак</b>						
ПР/331	Тефтели из индейки с соусом сметанным с томатом (мясо индейки, крупа рисовая, яйцо кур., соус- томат, поре, сметана 15%, мука пшенич., йодир. соль)	65/50	34,00	10,71	9,23	32,06	251,86
204	Макароны отварные с сыром (макароны из пшени. муки, сыр п/тв. 45%, слив. масло 72%, йодир. соль)	150/10	20,00	8,12	8,01	47,10	253,49
377	Чай с лимоном (чай черный, сахар, лимон св.)	200	5,00	0,16	0,03	15,21	62,99
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>715</b>	<b>62,20</b>	<b>22,69</b>	<b>17,89</b>	<b>134,11</b>	<b>747,68</b>
	<b>Обед</b>						
82	Борщ с капустой и картофелем, мясом цыпленка, сметаной, зеленью (свекла, картофеля, мясо кур., лук репч., морковь, томат поре, раст. масло, сметана 15%, сахар, йодир. соль, укроп зелень)	200/15/10/1	21,00	5,71	8,40	15,20	140,35
293/330	Цыплята порциями в соусе сметанном (цыплята порц., сметана 15%, мука пшенич., йодир. соль)	60/30	37,00	16,78	19,41	3,57	256,82
304	Рис отварной (крупа рисовая, слив. масло 72%, йодир. соль)	150	17,00	3,81	6,11	43,10	230,31
377	Чай фруктовый (ассорти) (чай черный, смородина с/м, лимон с/м, сахар)	200	8,00	0,10	0,03	15,00	60,61
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>31,64</b>	<b>39,20</b>	<b>102,10</b>	<b>854,96</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1449</b>	<b>149,30</b>	<b>54,33</b>	<b>57,09</b>	<b>236,21</b>	<b>1602,64</b>

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством



Меню на "28" ноября 2022г

Возрастная категория с 7 до 11 лет

11 день цикл. меню (молочный белок)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
<b>Завтрак</b>							
ПР/540	Тефтели из индейки с соусом красным основным (мясо индейки, крупа рисовая, яйцо кур., соус- томат. пюре, мука пшенич., йодир. соль)	65/50	34,00	8,00	14,00	15,00	220,00
309	Макаронные изделия отварные с растительным маслом (макарони из пшен. муки, масло растит., йодир. соль)	150	20,00	5,80	5,01	37,05	216,72
377	Чай с лимоном (чай черный, сахар, лимон св.)	200	5,00	0,16	0,03	15,21	62,99
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>685</b>	<b>62,20</b>	<b>17,66</b>	<b>19,66</b>	<b>107,00</b>	<b>679,05</b>
<b>Обед</b>							
82	Борщ с капустой и картофелем, мясом цыпленка, зеленью (свекла, картофель, мясо кур, лук репч., морковь, томат пюре, раст. масло, сахар, йодир. соль, укроп зелень)	200/15/10/1	21,00	5,71	8,40	15,20	140,35
293/540	Цыпленка порциями в соусе красном основном (цыпленка порц, соль йодир, масло растит., томат паста, морковь, лук репчатый)	60/50	37,00	19,92	20,03	1,75	266,76
304	Рис отварной с маслом растительным (крупа рисовая, масло растит., йодир. соль)	150	17,00	3,81	6,11	40,01	230,31
377	Чай фруктовый (ассорти) (чай черный, смородина с/м, вишня с/м, сахар)	200	8,00	0,10	0,03	15,00	60,61
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>754</b>	<b>87,10</b>	<b>34,78</b>	<b>39,82</b>	<b>97,19</b>	<b>864,90</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1439</b>	<b>149,30</b>	<b>52,44</b>	<b>59,48</b>	<b>204,19</b>	<b>1543,95</b>

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством И.И.Иванов, М.И.Иванов

МУП "Школьное питание" г.о. Жигулевск

Директор Т.Н. Огансова

Меню на "28" ноября 2022г

Возрастная категория с 12 лет и старше

ГБОУ С (О)ОШ № 10

Директор М.И. Мещеряков

11 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>							
ПР/331	Тефтели из индейки с соусом (мясо индейки, крупа рисовая, яйцо кур., соус- томат. пюре, сметана 15%, мука пшенич., йодир. соль)	65/50	34,00	10,71	9,23	32,06	251,86
204	Макароны отварные с сыром (макароны из пшеничной муки, сыр п/тв. 45%, слив. масло 72%, йодир. соль)	180/15	32,00	9,28	9,48	37,05	271,69
377	Чай с лимоном (чай черный, сахар, лимон с/м)	200	5,00	0,16	0,03	15,21	62,99
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>565</b>	<b>75,60</b>	<b>23,92</b>	<b>19,32</b>	<b>111,16</b>	<b>714,16</b>
<b>Обед</b>							
84	Борщ с картофелем и капустой, с мясом цыпленка, сметаной, зеленью (свекла, картофель, фасоль, мясо кур, лук репч., морковь, томат. пюре, раст. масло, сметана 15%, сахар, йодир. соль, укроп зелень)	250/15/10/1	22,30	4,73	8,26	12,84	145,37
293/330	Цыпленок порциями в соусе сметанном (цыпленок порц., сметана 15%, мука пшенич., йодир. соль)	60/30	37,00	16,78	19,41	3,57	256,82
304	Рис отварной (крупа рисовая, слив. масло 72%, йодир. соль)	130	13,00	3,31	5,29	34,67	199,60
377	Чай фруктовый (ассорти) (чай черный, смородина с/м, вишня с/м, сахар)	200	8,00	1,55	1,63	17,35	90,61
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>746</b>	<b>84,40</b>	<b>29,86</b>	<b>35,11</b>	<b>92,80</b>	<b>808,52</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1311</b>	<b>160,00</b>	<b>53,78</b>	<b>54,43</b>	<b>203,96</b>	<b>1 522,68</b>

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством М.И. Мещеряков