

Утверждаю
 МУП "Школьное питание" (с.о. Жигулевск)
 Директор _____ С.А.Кустова

Согласовано
 ГБОУ С (О)ОШ № 10
 Директор _____

Меню на "02" марта 2023 г.

Возрастная категория с 7 до 11 лет

14 день цикла меню (аллергия на молочный белок)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
	Завтрак						
98.06/540	Котлета мясо-рыбная "Веста" с соусом красным основным (филе цыпленка, минтая, морковь, лук репчатый, хлеб пшеничн., раст.масло)	60/30	25,60	5,80	5,80	13,90	156,83
310	Картофель отварной с растительным маслом, зеленью (картофель, масло растит., соль йодир.,зелень)	150	23,00	3,04	5,85	24,53	163,19
377	Чай с лимоном (чай черный,сахар,лимон св.)	200	6,00	0,16	0,03	10,22	43,04
ПР	Пирожок с яблочной начинкой	30	10,00	2,37	3,57	18,54	115,83
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	20/20	3,20	2,89	0,47	17,91	87,60
	Итого:	510	67,80	14,26	15,72	85,10	566,49
	Обед						
52	Салат из свеклы с чесноком (свекла отварная,чеснок,масло растительное,соль йодированная)	60	6,00	0,71	3,04	4,18	46,92
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, йодир. соль, лавр.лист)	200/15/1	20,84	4,80	8,10	23,10	137,67
265	Плов из свинины (свинина постная мякоть, крупа рисовая, морковь, лук репч., раст. масло, соль йодир.)	50/150	56,00	16,86	12,44	19,80	348,55
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	3,75	0,61	22,42	110,40
	Итого:	726	94,94	26,78	24,28	101,50	776,34
	Всего:	1236	162,74	41,04	40,00	186,60	1342,83

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством _____

С.А.Кустова, *М.И.Минин*

МУП "Школьное питание" г. Жигулевск
 Директор: Кустова

Согласовано
 ГБОУ С (О)ОШ № 10
 Директор: 



Меню на "02" марта 2023 г.
 Возрастная категория с 7 до 11 лет

14 день н.к.л. меню (аллергия на рыбу)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
Завтрак							
288/331	Цыплята отварные с соусом сметанным с томатом (цыпленок, соль йодированная,)	70/30	25,60	15,48	10,45	2,09	165,59
312	Картофельное пюре (картофель, молоко 2,5 %, слив. масло 72%, йодир. соль)	150	23,00	3,28	5,60	22,06	152,24
377	Чай с лимоном (чай черный, сахар, лимон св.)	200	6,00	0,16	0,03	10,22	43,04
ПР	Пирожок с яблочной начинкой	30	10,00	2,37	3,57	18,54	115,83
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	20/20	3,20	2,89	0,47	17,91	87,60
Итого:		520	67,80	24,18	20,12	70,82	564,30
Обед							
52	Салат из свеклы с чесноком (свекла) отварная, чеснок, масло растительное, соль йодированная)	60	6,00	0,71	3,04	4,18	46,92
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)	200/15/1	20,84	4,80	8,10	23,10	137,67
265	Плов из свинины (свинина постная мякоть, крупа рисовая, морковь, лук репч., раст. масло, соль йодир.)	50/150	56,00	16,86	12,44	19,80	348,55
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	3,75	0,61	22,42	110,40
Итого:		726	94,94	26,78	24,28	101,50	776,34
Всего:		1246	162,74	50,96	44,40	172,32	1340,64

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

 , 

Утверждаю
 МУП "Школьное питание" г.о. Жигулевск
 Директор С.А. Кустова

Согласовано
 ГБОУ С (О)ОШ № 10
 Директор

Меню на "02" марта 2023 г.

Возрастная категория с 12 лет и старше

14 день цикл. меню (обед) (Бергия на рыбу)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
Завтрак							
288/331	Цыплята отварные с соусом сметанным с томатом (цыпленок, соль йодированная,)	70/30	35,80	15,48	10,45	2,09	165,59
312	Картофельное пюре (картофель, молоко 2,5 %, слив. масло 72%, йодир. соль)	170	26,00	3,97	7,91	25,53	184,05
377	Чай с лимоном (чай черный, сахар, лимон св.)	200	6,00	0,16	0,03	10,22	43,04
ПР	Пирожок с яблочной начинкой	30	10,00	2,37	3,57	18,54	115,83
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/25	4,60	4,05	0,66	24,64	120,90
	Итого:	555	82,40	26,03	22,62	81,02	629,41
Обед							
52	Салат из свеклы с чесноком (свекла) отварная, чеснок, масло растительное, соль йодированная)	40	4,00	0,71	3,04	4,18	46,92
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)	250/15/1	21,60	4,80	8,10	23,10	137,67
265	Плов из свинины (свинина постная мякоть, крупа рисовая, морковь, лук репч., раст. масло, соль йодир.)	50/150	56,00	16,86	12,44	19,80	348,55
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	3,75	0,61	22,42	110,40
	Итого:	756	93,70	26,78	24,28	101,50	776,34
	Всего:	1311	176,10	52,81	46,90	182,52	1405,75

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством _____, _____