

Утверждаю

МУП "Школьное питание" г. Жигаловск

Директор \_\_\_\_\_ С.А. Кустова

Меню на "07" апреля 2023г  
 Возрастная категория с 7 до 11 лет

ГБОУ С (О)ОШ № 10

Согласовано

Директор \_\_\_\_\_

5 день цикла: **меню**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
	<b>Завтрак</b>						
50	Салат из свеклы с сыром (свекла отварная, чеснок, сыр, масло растительное)	60	14,00	2,84	5,70	4,37	80,59
291	Плов из птицы (мясо кур, крупа рисовая, морковь, лук репч., раст. масло, соль йодир.)	50/150	42,60	16,85	22,00	41,19	430,77
349	Компот из смеси сухофруктов (смесь сухофруктов, сахар, лимон. кислота)	200	8,00	0,00	0,00	10,00	39,97
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный	20/20	3,20	2,89	0,47	17,91	87,60
	<b>Итого:</b>	<b>500</b>	<b>67,80</b>	<b>22,58</b>	<b>28,17</b>	<b>73,47</b>	<b>638,93</b>
	<b>Дополнительная витаминизация</b>						
ПР	Десерт фруктовый (мандарин)	<b>100</b>	<b>18,01</b>	<b>0,81</b>	<b>0,31</b>	<b>13,34</b>	<b>53,00</b>
	<b>Обед</b>						
106	Суп картофельный с рыбными консервами (картофель, морковь, лук репч., крупа, раст. масло, укроп зелень, консервы рыбные, йодир.)	200/1	24,84	1,75	2,31	14,06	84,27
14 (2002) /331	Голубцы с мясом и рисом (ленивые) в соусе сметанном с томатом (б/к капуста, мясо говядины, свинины, яйцо куриное, крупа рисовая, соус- томат. поре, сметана 15%, мука пшенич.,	70/30	34,00	7,40	5,48	6,97	107,50
312	Картофельное пюре (картофель, молоко 2,5 %, слив. масло 72%, йодир. соль)	150	23,00	3,28	5,60	22,06	152,24
376	Чай с сахаром (чай черный, сахар)	200	4,00	0,10	0,03	10,01	40,66
ПР	Булочка Ромашка (мука пшеничн., раст. масло, соль, сахар, дрожжи.)	40	5,00	3,36	3,48	23,68	139,24
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/20	4,10	3,75	0,61	22,42	110,40
	<b>Итого:</b>	<b>741</b>	<b>94,94</b>	<b>19,64</b>	<b>17,51</b>	<b>99,20</b>	<b>634,31</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1241</b>	<b>162,74</b>	<b>42,22</b>	<b>45,68</b>	<b>172,67</b>	<b>1273,24</b>
	<b>Дополнительная витаминизация</b>						
ПР	Десерт фруктовый (мандарин)	<b>100</b>	<b>18,01</b>	<b>0,81</b>	<b>0,31</b>	<b>13,34</b>	<b>53,00</b>

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством



Утверждено  
 МУП "Школьное питание" г. Жигулевск  
 Директор С.А. Кустова



Согласовано  
 ГБОУ С (О)ОШ № 10  
 Директор И.И.И.



Меню на "07" апреля 2023г  
 Возрастная категория с 12 лет и старше

5 день цикл меню

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
<b>Завтрак</b>							
50	Салат из свеклы с сыром (свекла отварная, чеснок, сыр, масло растительное)	60	14,00	2,84	5,70	4,37	80,59
291	Плов из птицы (мясо кур, крупа рисовая, морковь, лук репч., раст. масло, соль йодир.)	60/180	55,80	20,22	26,40	49,41	516,86
349	Компот из смеси сухофруктов (смесь сухофруктов, сахар, лимон. кислота)	200	8,00	0,00	0,00	10,00	39,97
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.) (мука)	30/25	4,60	4,05	0,66	24,64	120,90
<b>Итого:</b>		<b>555</b>	<b>82,40</b>	<b>27,11</b>	<b>32,76</b>	<b>88,42</b>	<b>758,32</b>
<b>Обед</b>							
106	Суп картофельный с рыбными консервами (картофель, морковь, лук репч., крупа, раст. масло, укроп зелень, консервы рыбные, йодир.)	250/1	25,20	4,75	5,31	15,06	135,10
287	Голубцы с мясом и рисом (ленивые) в соусе сметанном с томатом (б/к капуста, мясо говядины, свинины, яйцо)	70/25	32,40	7,40	8,10	10,97	162,50
312	Картофельное пюре (картофель, молоко 2,5 %, слив. масло 72%, йодир. соль)	150	23,00	3,28	5,60	22,06	152,24
376	Чай с сахаром (чай черный, сахар)	200	4,00	0,10	0,03	10,01	40,66
ПР	Булочка Ромашка (мука пшеничн., раст. масло, соль, сахар. дрожжи.)	40	5,00	4,20	4,35	19,60	105,30
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный	30/20	4,10	3,75	0,61	22,42	110,40
<b>Итого:</b>		<b>786</b>	<b>93,70</b>	<b>23,48</b>	<b>24,00</b>	<b>100,12</b>	<b>706,20</b>
<b>Всего:</b>		<b>1341</b>	<b>176,10</b>	<b>50,59</b>	<b>56,76</b>	<b>188,54</b>	<b>1464,52</b>

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством Ирина Семеновна

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

Меню на "07" апреля 2023г

Согласовано  
 ГБОУ СОУШ № 10  
 Директор *Ильин*

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

5 день шк. меню

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
<i>Завтрак</i>							
50	Салат из свеклы с сыром (свекла отварная, чеснок, сыр, масло растительное)	60	14,00	2,84	5,70	4,37	80,59
291	Плов из птицы (мясо кур, крупа рисовая, морковь, лук репч., раст. масло, соль йодир.)	50/150	42,60	16,85	22,00	41,19	430,77
349	Компот из смеси сухофруктов (смесь сухофруктов, сахар, лимон. кислота)	200	8,00	0,00	0,00	10,00	39,97
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный	20/20	3,20	2,89	0,47	17,91	87,60
	<b>Итого:</b>	<b>500</b>	<b>67,80</b>	<b>22,58</b>	<b>28,17</b>	<b>73,47</b>	<b>638,93</b>
<i>Дополнительная витаминизация</i>							
ПР	Десерт фруктовый (мандарин)	<b>100</b>	<b>18,01</b>	<b>0,81</b>	<b>0,31</b>	<b>13,34</b>	<b>53,00</b>
<i>Обед</i>							
106	Суп картофельный с рыбными консервами (картофель, морковь, лук репч., крупа, раст. масло, укроп зелень, консервы рыбные, йодир.)	200/1	24,84	1,75	2,31	14,06	84,27
14 (2002) /331	Голубцы с мясом и рисом (ленивые) в соусе сметанном с томатом (б/к капуста, мясо говядины, свинины, яйцо куриное, крупа рисовая, соус- томат. пюре, сметана 15%, мука пшенич.,	70/30	34,00	7,40	5,48	6,97	107,50
312	Картофельное пюре (картофель, молоко 2,5 %, слив. масло 72%, йодир. соль)	150	23,00	3,28	5,60	22,06	152,24
376	Чай с сахаром (чай черный, сахар)	200	4,00	0,10	0,03	10,01	40,66
ПР	Булочка Ромашка (мука пшеничн., раст. масло, соль, сахар, дрожжи.)	40	5,00	3,36	3,48	23,68	139,24
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/20	4,10	3,75	0,61	22,42	110,40
	<b>Итого:</b>	<b>741</b>	<b>94,94</b>	<b>19,64</b>	<b>17,51</b>	<b>99,20</b>	<b>634,31</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1241</b>	<b>162,74</b>	<b>42,22</b>	<b>45,68</b>	<b>172,67</b>	<b>1273,24</b>
<i>Дополнительная витаминизация</i>							
ПР	Десерт фруктовый (мандарин)	<b>100</b>	<b>18,01</b>	<b>0,81</b>	<b>0,31</b>	<b>13,34</b>	<b>53,00</b>

Продукты не содержат ГМО

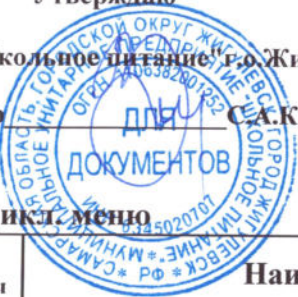
Заведующий производством

*Ильин*

Утверждаю

МУП "Школьное питание" г.о. Жигулевск

Директор *С.А. Кустова*



Согласовано

ГБОУ С (О)ОШ № 10

Директор *И.И.И.*



Меню на "07" апреля 2023г

Возрастная категория с 7 до 11 лет ( средства родительской платы)

5 день цикл меню

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав*			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
	<i>Обед</i>						
106	Суп картофельный с рыбными консервами (картофель, морковь, лук репч., крупа, раст. масло, укроп зелень, консервы рыбные, йодир. соль)	200/1	24,84	4,75	5,31	15,06	135,10
287	Голубцы с мясом и рисом (ленивые) в соусе сметанном с томатом (б/к капуста, мясо говядины, свинины, яйцо куриное, крупа рисовая, соус- томат. пюре, сметана 15%, мука пшенич., йодир.соль)	70/20	30,26	7,40	8,10	10,97	162,50
312	Картофельное пюре (картофель, молоко 2,5 %, слив. масло 72%, йодир.соль)	130	20,00	3,28	5,60	22,06	152,24
376	Чай с сахаром (чай черный, сахар)	200	4,00	0,10	0,03	10,01	40,66
ПР	Булочка Ромашка (мука пшенич., раст. масло, соль, сахар. дрожжи.)	40	5,00	4,20	4,35	19,60	105,30
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	20/15	2,30	2,60	0,42	15,69	77,10
	<b>Итого:</b>	<b>696</b>	<b>86,40</b>	<b>22,33</b>	<b>23,81</b>	<b>93,39</b>	<b>672,90</b>

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

*Ирина Александровна*

Утверждаю

Согласовано

МУП "Школьное питание" г.о. Жигулевск

ГБОУ СО(О)ОШ № 10

Директор С.А. Кустова

Меню на "07" апреля 2023г

Директор Мер

Возрастная категория с 12 лет и старше (детям мобилизованных лиц)

5 день цикла меню

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
	<b>Завтрак</b>						
50	Салат из свеклы с сыром (свекла отварная, чеснок, сыр, масло растительное)	60	14,00	2,84	5,70	4,37	80,59
291	Плов из птицы (мясо кур, крупа рисовая, морковь, лук репч., раст. масло, соль йодир.)	60/170	52,26	20,22	26,40	49,41	516,86
349	Компот из смеси сухофруктов (смесь сухофруктов, сахар, лимон. кислота)	200	8,00	0,00	0,00	10,00	39,97
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.) (мука)	30/25	4,60	4,05	0,66	24,64	120,90
	<b>Итого:</b>	<b>545</b>	<b>78,86</b>	<b>27,11</b>	<b>32,76</b>	<b>88,42</b>	<b>758,32</b>
	<b>Дополнительная витаминизация</b>						
ПР	Десерт фруктовый (мандарин)	<b>100</b>	<b>18,01</b>	<b>0,81</b>	<b>0,31</b>	<b>13,34</b>	<b>53,00</b>
	<b>Обед</b>						
106	Суп картофельный с рыбными консервами (картофель, морковь, лук репч., крупа, раст. масло, укроп зелень, консервы рыбные, йодир.)	250/1	25,20	4,75	5,31	15,06	135,10
287	Голубцы с мясом и рисом (ленивые) в соусе сметанном с томатом (б/к капуста, мясо говядины, свинины, яйцо куриное, крупа рисовая, соус- томат. поре, сметана 15%, мука пшенич.,	70/20	30,26	7,40	8,10	10,97	162,50
312	Картофельное пюре (картофель, молоко 2,5 %, слив. масло 72%, йодир. соль)	155	23,85	3,28	5,60	22,06	152,24
376	Чай с сахаром (чай черный, сахар)	200	4,00	0,10	0,03	10,01	40,66
ПР	Булочка Ромашка (мука пшеничн., раст. масло, соль, сахар. дрожжи.)	40	5,00	4,20	4,35	19,60	105,30
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/20	4,10	3,75	0,61	22,42	110,40
ПР	Сок фруктовый в индивидуальной упаковке	200	18,01	0,20	0,26	22,60	92,00
	<b>Итого:</b>	<b>981</b>	<b>110,42</b>	<b>23,48</b>	<b>24,00</b>	<b>100,12</b>	<b>706,20</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1526</b>	<b>189,28</b>	<b>50,59</b>	<b>56,76</b>	<b>188,54</b>	<b>1464,52</b>
	<b>Дополнительная витаминизация</b>						
ПР	Десерт фруктовый (мандарин)	<b>100</b>	<b>18,01</b>	<b>0,81</b>	<b>0,31</b>	<b>13,34</b>	<b>53,00</b>

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

Анна Сидорова