

4 день цикл. меню (аллергия на рыбу)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
Завтрак							
290/331	Грудка куриная (филе) в соусе сметанном с томатом (мясо кур., сметана 15%, томатное пюре, мука пшеничная, сл. масло 72%, йодир. соль.)	50/30	28,60	0,49	3,15	2,09	38,91
200	Пюре из гороха и картофеля (картофель, горох лущеный, молоко 2,5%, слив. масло 72%, йодир. соль)	150	22,00	10,41	7,71	27,27	220,48
376	Чай с сахаром (чай черный, сахар)	200	4,00	0,10	0,03	10,01	40,66
ПР	Булочка Десертная (мука пшеничная, соль йодированная, дрожжи хлебопекарные, сахар)	50	10,00	4,20	4,35	29,60	174,05
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	18,09	15,71	86,88	561,70
Обед							
101	Суп картофельный с рисом на бульоне из мяса цыплят, зеленью (картофель п/ф., крупа рис., морк., лук репч., мясо кур, масло раст., укроп зелень, йодир. соль)	200/15/1	18,24	5,82	5,82	14,06	132,23
297/540	Фрикадельки из цыплят с соусом красным основным (мясо кур., хлеб пшен., молоко 2,5%, яйцо кур., раст. масло, йодир. соль., томат пюре)	70/30	39,00	11,71	14,48	8,01	209,63
204	Макаронные изделия отварные с сыром (макаронны из пшен. муки, сыр п/тв. 45%, слив. масло 72%, йодир. соль)	150/10	20,60	8,12	8,01	37,05	253,49
389	Сок фруктовый (в ассортименте)	200	13,00	0,20	0,26	22,60	92,00
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный	30/20	4,10	3,75	0,61	22,42	110,40
	Итого:	726	94,94	29,60	29,18	104,14	797,75
	Всего:	1246	162,74	47,69	44,89	191,02	1359,45

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством Ильин

Утверждаю

МУП "Школьное питание" г.о. Жигулевск

Директор С.А. Кустова

Меню на "09" марта 2023г

Возрастная категория с 12 лет и старше

Согласовано

ГБОУ С (О)ОШ № 10

Директор Ильин

4 день цикл. меню (аллергия на рыбу)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
Завтрак							
290/331	Грудка куриная (филе) в соусе сметанном с томатом (мясо кур., сметана 15%, томатное пюре, мука пшеничная, сл. масло 72%, йодир. соль.)	60/30	41,80	0,71	4,10	3,10	54,39
200	Пюре из гороха и картофеля (картофель, горох лущеный, молоко 2,5%, слив. масло 72%, йодир. соль)	150	22,00	10,41	7,71	27,27	220,48
376	Чай с сахаром (чай черный, сахар)	200	4,00	0,10	0,03	10,01	40,66
ПР	Булочка Десертная (мука пшеничная, соль йодированная, дрожжи хлебопекарные, сахар)	50	10,00	4,20	4,35	29,60	174,05
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный	30/25	4,60	4,05	0,66	24,64	120,90
	Итого:	545	82,40	19,47	16,85	94,62	610,48
Обед							
101	Суп картофельный с рисом на бульоне из мяса цыплят, зеленью (картофель п/ф., крупа рис., морк., лук репч., мясо кур, масло раст., укроп зелень, йодир. соль)	250/15/1	19,00	6,25	6,39	17,54	153,13
297/540	Фрикадельки из цыплят с соусом красным основным (мясо кур., хлеб пшен., молоко 2,5%, яйцо кур., раст. масло, йодир. соль., томат пюре)	70/30	39,00	11,71	14,48	8,01	209,63
204	Макаронные изделия отварные с сыром (макароны из пшен. муки, сыр п/тв. 45%, слив. масло 72%, йодир. соль)	140/10	18,60	7,73	7,63	34,58	238,67
389	Сок фруктовый (в ассортименте)	200	13,00	0,20	0,26	22,60	92,00
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный	30/20	4,10	3,75	0,61	22,42	110,40
	Итого:	766	93,70	29,64	29,37	105,15	803,83
	Всего:	1311	176,10	49,11	46,22	199,77	1414,31

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

Ильин Кустова С.А.


Утверждаю

МУП "Школьное питание" г.о. Жигулевск

Директор  С.А. Кустова

Меню на "09" марта 2023г

Возрастная категория с 7 до 11 лет

Согласовано
ГБОУ С(О)ОШ № 10Директор 

4 день цикл. меню (молочный белок)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
	Завтрак						
290/540	Грудка куриная (филе) в соусе красном основном (мясо кур., масло растит., томат паста, морковь, лук репчатый, йодир. соль.)	50/50	30,60	0,81	3,92	3,48	52,84
310	Картофель отварной с растительным маслом, зеленью (картофель, масло растит., соль)	150	20,00	3,04	5,85	24,53	163,19
376	Чай с сахаром (чай черный, сахар)	200	4,00	0,10	0,03	10,01	40,66
ПР	Булочка Десертная (мука пшеничная, соль йодированная, дрожжи хлебопекарные, сахар)	50	10,00	4,20	4,35	29,60	174,05
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	20/20	3,20	2,89	0,47	17,91	87,60
	Итого:	540	67,80	11,04	14,62	85,53	518,34
	Обед						
101	Суп картофельный с рисом на бульоне из мяса цыплят, зеленью (картофель п/ф., крупа рис., морк., лук репч., мясо кур, масло раст., укроп зелень, йодир. соль)	200/15/1	21,24	3,50	3,82	14,06	132,23
297/540	Фрикадельки из цыплят с соусом красным основным (мясо кур., хлеб пшен., молоко 2,5%, яйцо кур., раст.масло, йодир.соль., томат пюре)	60/30	36,00	10,24	12,43	7,72	202,23
309	Макаронные изделия отварные с растительным маслом (макаронны из пшен. муки, масло)	150	20,60	5,41	4,68	34,58	202,27
389	Сок фруктовый (в ассортименте)	200	13,00	0,20	0,26	22,60	92,00
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/20	4,10	3,75	0,61	22,42	110,40
	Итого:	706	94,94	23,10	21,80	101,38	739,13
	Всего:	1246	162,74	34,14	36,42	186,91	1257,47

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

