

Меню на "10" февраля 2023 г.  
 Возрастная категория с 7 до 11 лет

15 день цикл. Меню (аллергия на рыбу)

| № рецентуры    | Наименование блюда  | Выход, г    | Цена, руб     | Химический состав |              |               |                |
|----------------|---|-------------|---------------|-------------------|--------------|---------------|----------------|
|                |   |             |               | белки, г          | жиры, г      | углеводы, г   | ЭЦ, ккал       |
| <b>Завтрак</b> |   |             |               |                   |              |               |                |
| 45             | Салат из белокочанной капусты с морковью<br>(капуста б/к., морковь, лук репч., раст. масло, йодир. соль)  | 60          | 6,00          | 0,93              | 3,05         | 5,65          | 54,36          |
| 251            | Свинина тушеная с томатом и луком<br>(мякоть свинина, лук репч., томат. пюре, раст. масло, йодир. соль)   | 30/20       | 26,60         | 7,40              | 8,80         | 2,40          | 136,48         |
| 302            | Каша гречневая рассыпчатая<br>( крупа гречневая, сл. масло, йодир. соль)  | 170         | 20,00         | 7,90              | 6,69         | 40,81         | 259,18         |
| 388            | Напиток из плодов шиповника<br>(плоды шиповника суш., сахар, лимон. кисл.)  | 200         | 12,00         | 0,00              | 0,00         | 9,48          | 39,90          |
| ПР             | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный<br>(мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)   | 20/20       | 3,20          | 2,89              | 0,47         | 17,91         | 87,60          |
|                | <b>Итого:</b>   | <b>520</b>  | <b>67,80</b>  | <b>19,12</b>      | <b>19,01</b> | <b>76,25</b>  | <b>577,52</b>  |
| <b>Обед</b>    |   |             |               |                   |              |               |                |
| 108/109        | Суп картофельный с клецками на бульоне из мяса<br>цыплят, зеленью (картофель, морковь, лук репч., мясо кур., пшен. мука,<br>яйцо кур., раст.масло, укроп зелень, йодир. соль) | 200/15/10/1 | 19,24         | 3,38              | 3,59         | 9,19          | 171,98         |
| 295/540        | Котлеты рубленые из цыплят с соусом красным<br>основным (мясо кур., пшен. хлеб, молоко 2,5 %, пшен. сухари, раст.масло,<br>йодир. сол, томатное пюре)                         | 60/30       | 36,60         | 10,75             | 12,47        | 10,98         | 151,60         |
| 142/330        | Картофель и овощи, тушеные в соусе сметанном<br>( картофель п/ф., морковь, лук репчат., масло растит., йодир. соль, соус-сметана 15%,<br>мука пшенич., йодир. соль)           | 150/30      | 20,00         | 4,08              | 6,35         | 18,10         | 152,63         |
| 377            | Чай фруктовый (черноплодная рябина)<br>(чай черный, сахар, рябина св./мор.)   | 200         | 5,00          | 0,10              | 0,03         | 15,00         | 60,61          |
| ПР             | Булочка Десертная (мука пшеничная, соль йодированная, дрожжи<br>хлебопекарные, сахар)   | 50          | 10,00         | 4,20              | 4,35         | 29,60         | 174,05         |
| ПР             | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный  | 30/20       | 4,10          | 3,75              | 0,61         | 22,42         | 110,40         |
|                | <b>Итого:</b>   | <b>796</b>  | <b>94,94</b>  | <b>26,26</b>      | <b>27,40</b> | <b>105,29</b> | <b>821,27</b>  |
|                | <b>Всего:</b>   | <b>1316</b> | <b>162,74</b> | <b>45,38</b>      | <b>46,41</b> | <b>181,54</b> | <b>1398,79</b> |

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

*Ивет*, *Шешкина*

Утверждаю

МУП "Школьное питание" г.о.Жигулевск

Директор С.А. Кустова

Согласовано  
ГБОУ С (О)ОШ № 10

Директор Ильин

Меню на "10" февраля 2023 г.

Возрастная категория с 12 лет и старше

15 день шк. меню (аллергия на рыбу)

| № рецептуры    | Наименование блюда   | Выход, г    | Цена, руб     | Химический состав |              |               |                |
|----------------|--|-------------|---------------|-------------------|--------------|---------------|----------------|
|                |  |             |               | белки, г          | жиры, г      | углеводы, г   | ЭЦ, ккал       |
| <b>Завтрак</b> |  |             |               |                   |              |               |                |
| 45             | Салат из белокочанной капусты с морковью<br>(капуста б/к., морковь, лук репч., раст. масло, йодир. соль)   | 60          | 6,00          | 0,93              | 3,05         | 5,65          | 54,36          |
| 251            | Свинина тушеная с томатом и луком<br>(мякоть свинина, лук репч., томат. пюре, раст. масло, йодир. соль)  | 40/15       | 39,80         | 7,40              | 8,80         | 2,40          | 136,48         |
| 302            | Каша гречневая рассыпчая<br>( крупа гречневая, сл. масло, йодир. соль)   | 170         | 20,00         | 7,90              | 6,69         | 40,81         | 259,18         |
| 388            | Напиток из плодов шиповника<br>(плоды шиповника суш., сахар, лимон. кисл.)   | 200         | 12,00         | 0,00              | 0,00         | 9,48          | 39,90          |
| ПР             | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный<br>(мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)  | 30/25       | 4,60          | 4,05              | 0,66         | 24,64         | 120,90         |
| <b>Итого:</b>  |  | <b>540</b>  | <b>82,40</b>  | <b>20,28</b>      | <b>19,20</b> | <b>82,98</b>  | <b>610,82</b>  |
| <b>Обед</b>    |  |             |               |                   |              |               |                |
| 108/109        | Суп картофельный с клецками на бульоне из мяса<br>цыплят, зеленью (картофель, морковь, лук репч., мясо кур., пшен. мука,<br>яйцо кур., раст. масло, укроп зелень, йодир. соль) | 250/15/10/1 | 20,60         | 8,19              | 8,61         | 23,94         | 206,44         |
| 295/540        | Котлеты рубленые из цыплят с соусом красным<br>ОСНОВНЫМ (мясо кур., пшен. хлеб, молоко 2,5 %, пшен. сухари, раст. масло,   | 60/30       | 36,00         | 10,75             | 12,47        | 10,98         | 151,60         |
| 142/330        | Картофель и овощи, тушеные в соусе сметанном<br>( картофель п/ф., морковь, лук репчат., масло растит., йодир. соль, соус-сметана 15%,<br>мука пшенич., йодир. соль)            | 140/25      | 18,00         | 4,08              | 6,35         | 18,10         | 152,63         |
| 377            | Чай фруктовый (черноплодная рябина)<br>(чай черный, сахар, рябина св./мор.)  | 200         | 5,00          | 0,10              | 0,03         | 15,00         | 60,61          |
| ПР             | Булочка Десертная (мука пшеничная, соль йодированная, дрожжи<br>хлебопекарные, сахар)  | 50          | 10,00         | 4,20              | 4,35         | 29,60         | 174,05         |
| ПР             | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный<br>(мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)  | 30/20       | 4,10          | 3,75              | 0,61         | 22,42         | 110,40         |
| <b>Итого:</b>  |  | <b>841</b>  | <b>93,70</b>  | <b>31,07</b>      | <b>32,42</b> | <b>120,04</b> | <b>855,73</b>  |
| <b>Всего:</b>  |  | <b>1381</b> | <b>176,10</b> | <b>51,35</b>      | <b>51,62</b> | <b>203,02</b> | <b>1466,55</b> |

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством \_\_\_\_\_

Ильин, Ильин

Меню на "10" февраля 2023 г.  
 Возрастная категория с 7 до 11 лет

15 день цикла. Меню (аллергия на молочный белок)

| № рецептуры    | Наименование блюда  | Выход, г    | Цена, руб     | Химический состав |              |               |                |
|----------------|---|-------------|---------------|-------------------|--------------|---------------|----------------|
|                |   |             |               | белки, г          | жиры, г      | углеводы, г   | ЭЦ, ккал       |
| <b>Завтрак</b> |   |             |               |                   |              |               |                |
| 45             | Салат из белокочанной капусты с морковью<br>(капуста б/к., морковь, лук репч., раст. масло, йодир. соль)  | 60          | 6,00          | 0,93              | 3,05         | 5,65          | 54,36          |
| 251            | Свинина тушеная с томатом и луком<br>(мякоть свинина, лук репч., томат. пюре, раст. масло, йодир. соль)   | 30/20       | 26,60         | 7,40              | 8,80         | 2,40          | 136,48         |
| 302            | Каша гречневая рассыпчатая с маслом растительным<br>(крупя гречневая, раст. масло, йодир. соль)   | 170         | 20,00         | 7,90              | 6,69         | 40,81         | 259,18         |
| 388            | Напиток из плодов шиповника<br>(плоды шиповника суш., сахар, лимон. кисл.)  | 200         | 12,00         | 0,00              | 0,00         | 9,48          | 39,90          |
| ПР             | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный<br>(мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)   | 20/20       | 3,20          | 2,89              | 0,47         | 17,91         | 87,60          |
|                | <b>Итого:</b>   | <b>520</b>  | <b>67,80</b>  | <b>19,12</b>      | <b>19,01</b> | <b>76,25</b>  | <b>577,52</b>  |
| <b>Обед</b>    |   |             |               |                   |              |               |                |
| 108/109        | Суп картофельный с клецками на бульоне из мяса цыплят, зеленью<br>(картофель, морковь, лук репч., мясо кур., пшен. мука, яйцо кур., раст. масло, укроп зелень, йодир. соль) | 200/15/10/1 | 19,24         | 3,38              | 3,59         | 9,19          | 171,98         |
| 295/540        | Котлеты рубленые из цыплят с соусом<br>(мясо кур., пшен. хлеб, молоко 2,5 %, пшен. сухари, раст. масло, йодир. сол. томатное пюре)  | 60/30       | 36,60         | 10,75             | 12,47        | 10,98         | 151,60         |
| 142/540        | Картофель и овощи, тушеные в соусе красном основном<br>(картофель п/ф., морковь, лук репчат., масло растит., йодир. соль, мука пшенич., йодир. соль)                        | 150/30      | 20,00         | 4,08              | 6,35         | 18,10         | 152,63         |
| 377            | Чай фруктовый (черноплодная рябина)<br>(чай черный, сахар, рябина св./мор.)   | 200         | 5,00          | 0,10              | 0,03         | 15,00         | 60,61          |
| ПР             | Булочка Десертная<br>(мука пшеничная, соль йодированная, дрожжи хлебопекарные, сахар)   | 50          | 10,00         | 4,20              | 4,35         | 29,60         | 174,05         |
| ПР             | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный<br>(мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)   | 30/20       | 4,10          | 3,75              | 0,61         | 22,42         | 110,40         |
|                | <b>Итого:</b>   | <b>796</b>  | <b>94,94</b>  | <b>26,26</b>      | <b>27,40</b> | <b>105,29</b> | <b>821,27</b>  |
|                | <b>Всего:</b>   | <b>1316</b> | <b>162,74</b> | <b>45,38</b>      | <b>46,41</b> | <b>181,54</b> | <b>1398,79</b> |

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

Ильин, Шамкина