



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

Согласовано  
 ГБОУ С (О)ОШ № 10  
 Директор *Шеф*

Меню на "17" января 2023 г.

Возрастная категория с 12 лет и старше

12 день цикла меню



| № рецептуры    | Наименование блюда  | Выход, г    | Цена, руб     | Химический состав |              |               |                |
|----------------|---|-------------|---------------|-------------------|--------------|---------------|----------------|
|                |   |             |               | белки, г          | жиры, г      | углеводы, г   | ЭЦ, ккал       |
| <b>Завтрак</b> |   |             |               |                   |              |               |                |
| 175            | Каша вязкая молочная из риса и пшена со слив.<br>МАСЛОМ (крупа рисовая, пшено, молоко 2,5 %, слив. масло 72%, сахар, йодир. соль.)  | 200/10      | 20,20         | 6,120             | 12,220       | 33,760        | 270,340        |
| 243            | Сосиска отварная (сосиска говяжья "Экстра")   | 55          | 33,00         | 5,72              | 9,06         | 11,06         | 124,30         |
| 378            | Чай с молоком<br>(чай черный, молоко 2,5 %, сахар)  | 200         | 8,00          | 1,59              | 1,64         | 12,38         | 70,96          |
| ПР             | Булочная мелочь<br>(мука пшеничн., раст. масло, соль, сахар, дрожжи.)   | 40          | 8,00          | 2,37              | 3,57         | 18,54         | 115,83         |
| ПР             | Десерт фруктовый(яблоко)  | 100         | 10,00         | 0,40              | 0,40         | 9,80          | 47,00          |
| ПР             | Батон особый  | 40          | 3,20          | 3,08              | 1,32         | 19,92         | 104,80         |
|                | <b>Итого:</b>   | <b>645</b>  | <b>82,40</b>  | <b>18,88</b>      | <b>27,81</b> | <b>95,66</b>  | <b>686,23</b>  |
| <b>Обед</b>    |   |             |               |                   |              |               |                |
| 52             | Салат из свеклы с чесноком<br>(свекла отварная, чеснок, масло растительное, соль йодированная)  | 50          | 5,00          | 0,59              | 2,50         | 3,48          | 39,1           |
| 96             | Рассольник "Ленинградский" на бульоне из мяса<br>цыплят, сметаной, зеленью (картофель п/ф., крупа перловая,<br>огурцы консервир., морк., лук репч., мясо кур., сметана 15 %, укроп зелень, йодир. соль) | 250/15/10/1 | 20,20         | 7,67              | 13,24        | 15,49         | 173,63         |
| 268/331        | Шницель из свинины с соусом сметанным с<br>ТОМАТОМ (мясо свинины, хлеб пшеничный, лук репчатый, соль йодированная, масло)   | 60/25       | 37,40         | 11,57             | 7,65         | 19,50         | 165,30         |
| 312            | Картофельное пюре   | 150         | 23,00         | 3,28              | 5,60         | 22,06         | 152,24         |
| 376            | Чай с сахаром   | 200         | 4,00          | 0,10              | 0,03         | 10,01         | 40,66          |
| ПР             | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный  | 30/20       | 4,10          | 3,75              | 0,61         | 22,42         | 110,40         |
|                | <b>Итого:</b>   | <b>816</b>  | <b>93,70</b>  | <b>26,96</b>      | <b>29,63</b> | <b>92,96</b>  | <b>681,33</b>  |
|                | <b>Всего:</b>   | <b>1461</b> | <b>176,10</b> | <b>45,84</b>      | <b>57,44</b> | <b>188,62</b> | <b>1367,56</b> |

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

*Шеф*, *Машкина*

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

Согласовано  
 ГБОУ С (О)ОШ № 10  
 Директор Ильин

Меню на "17" января 2023 г.

12 день цикла меню

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

| № рецептуры    | Наименование блюда  | Выход, г    | Цена, руб     | Ущипочный состав |              |               |                |
|----------------|---|-------------|---------------|------------------|--------------|---------------|----------------|
|                |   |             |               | белки, г         | жиры, г      | углеводы, г   | ЭЦ, ккал       |
| <b>Завтрак</b> |   |             |               |                  |              |               |                |
| 175            | Каша вязкая молочная из риса и пшена со слив.<br>МАСЛОМ (крупа рисовая, пшено, молоко 2,5 %, слив. масло 72%, сахар, йодир. соль.)  | 160/10      | 15,60         | 4,91             | 3,70         | 21,00         | 170,54         |
| 243            | Сосиска отварная (сосиска говяжья "Экстра")   | 55          | 33,00         | 5,72             | 9,06         | 11,06         | 124,30         |
| 378            | Чай с молоком<br>(чай черный, молоко 2,5 %, сахар)  | 200         | 8,00          | 1,59             | 1,64         | 12,38         | 70,96          |
| ПР             | Булочная мелочь<br>(мука пшеничн., раст. масло, соль, сахар, дрожжи.)   | 40          | 8,00          | 2,37             | 3,57         | 18,54         | 115,83         |
| ПР             | Батон особый<br>( мука пшеничная, дрожжи, раст. масло, сахар, йодир. соль)  | 40          | 3,20          | 3,08             | 1,32         | 19,92         | 104,80         |
|                | <b>Итого:</b>   | <b>505</b>  | <b>67,80</b>  | <b>17,67</b>     | <b>19,29</b> | <b>82,90</b>  | <b>586,43</b>  |
| <b>Обед</b>    |   |             |               |                  |              |               |                |
| 52             | Салат из свеклы с чесноком<br>(свекла отварная, чеснок, масло растительное, соль йодированная)  | 60          | 6,00          | 0,71             | 3,04         | 4,18          | 46,92          |
| 96             | Рассольник "Ленинградский" на бульоне из мяса<br>цыплят, сметаной, зеленью (картофель п/ф., крупа перловая,<br>огурцы консервир., морк., лук репч., мясо кур., сметана 15 %, укроп зелень, йодир. соль) | 200/15/10/1 | 19,84         | 6,99             | 10,45        | 22,40         | 190,30         |
| 268/331        | Шницель из свинины с соусом сметанным с<br>томатом (мясо свинины, хлеб пшеничный, лук репчатый, соль йодированная, масло<br>растительное, сметана 15%, томатное пюре)                                   | 60/30       | 38,00         | 11,57            | 7,65         | 19,50         | 165,30         |
| 312            | Картофельное пюре<br>(картофель, молоко 2,5 %, слив. масло 72%, йодир. соль)  | 150         | 23,00         | 3,28             | 5,60         | 22,06         | 152,24         |
| 376            | Чай с сахаром<br>(чай черный, сахар)  | 200         | 4,00          | 0,10             | 0,03         | 10,01         | 40,66          |
| 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>776</b>  | <b>94,94</b>  | <b>26,40</b>     | <b>27,38</b> | <b>100,57</b> | <b>705,82</b>  |
|                | <b>Всего:</b>   | <b>1281</b> | <b>162,74</b> | <b>44,07</b>     | <b>46,67</b> | <b>183,47</b> | <b>1292,25</b> |

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством Ильин

Ильин



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

Согласовано  
 ГБОУ С(О)ОШ № 10  
 Директор *Ильин*

Меню на "17" января 2023 г.

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

12 день цикла меню

| № рецептуры    | Наименование блюда  | Выход, г    | Цена, руб     | Химический состав |              |               |                |
|----------------|---|-------------|---------------|-------------------|--------------|---------------|----------------|
|                |   |             |               | белки, г          | жиры, г      | углеводы, г   | ЭЦ, ккал       |
| <b>Завтрак</b> |   |             |               |                   |              |               |                |
| 175            | Каша вязкая молочная из риса и пшена со слив. маслом (крупа рисовая, пшено, молоко 2,5 %, слив. масло 72%, сахар, йодир. соль.)   | 200/10      | 20,20         | 6,120             | 12,220       | 33,760        | 270,340        |
| 243            | Сосиска отварная (сосиска говяжья "Экстра")   | 55          | 33,00         | 5,72              | 9,06         | 11,06         | 124,30         |
| 378            | Чай с молоком (чай черный, молоко 2,5 %, сахар)   | 200         | 8,00          | 1,59              | 1,64         | 12,38         | 70,96          |
| ПР             | Булочная мелочь (мука пшеничн., раст. масло, соль, сахар, дрожжи.)  | 40          | 8,00          | 2,37              | 3,57         | 18,54         | 115,83         |
| ПР             | Десерт фруктовый(яблоко)  | 100         | 10,00         | 0,40              | 0,40         | 9,80          | 47,00          |
| ПР             | Батон особый (мука пшеничная, дрожжи, раст. масло, сахар, йодир. соль)  | 40          | 3,20          | 3,08              | 1,32         | 19,92         | 104,80         |
|                | <b>Итого:</b>   | <b>645</b>  | <b>82,40</b>  | <b>18,88</b>      | <b>27,81</b> | <b>95,66</b>  | <b>686,23</b>  |
| <b>Обед</b>    |   |             |               |                   |              |               |                |
| 52             | Салат из свеклы с чесноком (свекла отварная, чеснок, масло растительное, соль йодированная)   | 50          | 5,00          | 0,59              | 2,50         | 3,48          | 39,1           |
| 96             | Рассольник "Ленинградский" на бульоне из мяса цыплят, сметаной, зеленью (картофель п/ф., крупа перловая, огурцы консервир., морк., лук репч., мясо кур., сметана 15 %, укроп зелень, йодир. соль) | 250/15/10/1 | 20,20         | 7,67              | 13,24        | 15,49         | 173,63         |
| 268/331        | Шницель из свинины с соусом сметанным с томатом (мясо свинины, хлеб пшеничный, лук репчатый, соль йодированная, масло растительное, сметана 15%, томатное пюре)                                   | 60/25       | 37,40         | 11,57             | 7,65         | 19,50         | 165,30         |
| 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             | 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>816</b>  | <b>93,70</b>  | <b>26,96</b>      | <b>29,63</b> | <b>92,96</b>  | <b>681,33</b>  |
|                | <b>Всего:</b>   | <b>1461</b> | <b>176,10</b> | <b>45,84</b>      | <b>57,44</b> | <b>188,62</b> | <b>1367,56</b> |

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством *Ильин*, *Шнирков*