

Меню на "20" февраля 2023 г.

Возрастная категория с 7 до 11 лет

6 день цикл. меню (аллергия на рыбу)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
<b>Завтрак</b>							
62	Салат из моркови с чесноком (морковь,масло растительное,соль йодированная,чеснок)	60	6,00	0,69	6,05	3,65	72,45
260	Гуляш из свинины(мясо свинины,томатное пюре,лук репчатый,соль йодированная,мука пшеничная)	40/30	35,60	11,26	6,81	12,71	117,13
304	Рис отварной (крупа рисовая, слив. масло 72%, йодир. соль)	150	17,00	3,81	5,11	23,11	230,31
377	Чай с лимоном (чай черный,сахар, лимон св.)	200	6,00	0,16	0,03	10,22	43,04
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (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>18,81</b>	<b>18,47</b>	<b>67,60</b>	<b>550,53</b>
<b>Обед</b>							
95	Рассольник домашний на бульоне из цыплят (картофель, огурцы консервир., морк., лук репч., мясо кур., масло растит., сметана 15%, укроп зелень, йодир.соль)	200/15/10/1	21,84	5,50	8,45	7,45	110,20
ПР/331	Тефтели из индейки с соусом сметанным с томатом(мясо индейки, крупа рисовая, яйцо кур.,соус- томат. пюре, сметана 15%, мука пшенич., йодир.соль)	65/50	35,00	6,90	8,10	10,79	130,10
309	Макаронные изделия отварные (макароны из пшен.муки, слив.масло 72%, йодир.соль)	150	11,00	5,80	5,01	24,00	205,10
389	Сок фруктовый (в ассортименте)	200	13,00	0,20	0,26	22,60	92,00
ПР	Булочка Дорожная (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.)	30/20	4,10	3,75	0,61	22,42	110,40
	<b>Итого:</b>	<b>791</b>	<b>94,94</b>	<b>26,35</b>	<b>26,78</b>	<b>116,86</b>	<b>821,85</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1311</b>	<b>162,74</b>	<b>45,16</b>	<b>45,25</b>	<b>184,46</b>	<b>1372,38</b>

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

*Ильин*, *Ильин*

Утверждаю

Согласовано

МУП "Школьное питание" г.о. Жигулевск

ГБОУ С (О)ОШ № 10

Директор А.С.Кустова

Директор *Ильин*

Меню на "20" февраля 2023 г.

Возрастная категория с 12 лет и старше

6 день цикл. меню(аллергия на рыбу)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
62	Салат из моркови с чесноком (морковь,масло растительное,соль йодированная,чеснок)	60	6,00	0,69	6,05	3,65	72,45
260	Гуляш из свинины(мясо свинины,томатное пюре,лук репчатый,соль йодированная,мука пшеничная)	50/50	48,80	15,25	7,76	1,71	137,56
304	Рис отварной (крупа рисовая, слив. масло 72%, йодир. соль)	150	17,00	3,81	5,11	23,11	230,31
377	Чай с лимоном (чай черный,сахар, лимон св.)	200	6,00	0,16	0,03	10,22	43,04
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/25	4,60	4,05	0,66	24,64	120,90
	<b>Итого:</b>	<b>565</b>	<b>82,40</b>	<b>23,96</b>	<b>19,61</b>	<b>63,33</b>	<b>604,26</b>
	<i>Обед</i>						
95	Рассольник домашний на бульоне из цыплят (картофель, огурцы консервир., морк., лук репч., мясо кур., масло растит., сметана 15%, укроп зелень, йодир.соль)	250/15/10/1	22,60	7,67	13,24	15,49	173,63
ПР/331	Тефтели из индейки с соусом сметанным с томатом(мясо индейки, крупа рисовая, яйцо кур.,соус- томат. пюре, сметана 15%, мука пшенич., йодир.соль)	65/30	33,00	6,90	8,10	10,79	130,10
309	Макаронные изделия отварные (макароны из пшен.муки, слив.масло 72%, йодир.соль)	150	11,00	5,80	5,01	24,00	205,10
389	Сок фруктовый (в ассортименте)	200	13,00	0,20	0,26	22,60	92,00
ПР	Булочка Дорожная (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.)	30/20	4,10	3,75	0,61	22,42	110,40
	<b>Итого:</b>	<b>821</b>	<b>93,70</b>	<b>28,52</b>	<b>31,57</b>	<b>124,90</b>	<b>885,28</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1386</b>	<b>176,10</b>	<b>52,48</b>	<b>51,18</b>	<b>188,23</b>	<b>1489,54</b>

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

*Ильин, Шенякин*

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

Согласовано  
ГБОУ С (О)ОШ № 10

Директор Ильин

Меню на "20" февраля 2023 г.

Возрастная категория с 7 до 11 лет

6 день цикл. меню(молочный белок)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
	<b>Завтрак</b>						
62	Салат из моркови с чесноком (морковь,масло растительное,соль йодированная,чеснок)	60	6,00	0,69	6,05	3,65	72,45
260	Гуляш из свинины(мясо свинины,томатное пюре,лук репчатый,соль йодированная,мука пшеничная)	40/30	35,60	11,26	6,81	12,71	117,13
304	Рис отварной (крупа рисовая, слив. масло 72%, йодир. соль)	150	17,00	3,81	5,11	23,11	230,31
377	Чай с лимоном (чай черный,сахар, лимон св.)	200	6,00	0,16	0,03	10,22	43,04
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (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>18,81</b>	<b>18,47</b>	<b>67,60</b>	<b>550,53</b>
	<b>Обед</b>						
95	Рассольник домашний на бульоне из цыплят (картофель, огурцы консервир., морк., лук репч., мясо кур., масло растит., укроп зелень, йодир.соль)	200/15//1	21,84	5,50	8,45	7,45	110,20
ПР/540	Тефтели из индейки с соусом красным основным(мясо индейки, крупа рисовая, яйцо кур.,соус- томат. пюре, мука пшенич., йодир.соль)	65/50	35,00	6,90	8,10	10,79	130,10
309	Макаронные изделия отварные с растительным маслом(макароны из пшен.муки, масло растит., йодир.соль)	150	11,00	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	Булочка Дорожная (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.)	30/20	4,10	3,75	0,61	22,42	110,40
	<b>Итого:</b>	<b>781</b>	<b>94,94</b>	<b>25,96</b>	<b>26,45</b>	<b>127,44</b>	<b>819,02</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1301</b>	<b>162,74</b>	<b>44,77</b>	<b>44,92</b>	<b>195,04</b>	<b>1369,55</b>

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

Ильин / Ильин