

Меню на "23" мая 2023г
Возрастная категория с 7 до 11 лет

7 день цикла: меню (молочный белок)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
Завтрак							
288	Цыплята отварные (тушка цыпленка, соль йодированная)	70	38,60	15,48	10,45	2,09	165,59
302	Каша пшеничная рассыпчатая с маслом растительным (крупя пшеничная, масло растит, соль йодир.)	150	18,00	6,93	5,11	37,90	228,87
376	Чай с сахаром (чай черный, сахар)	200	4,00	0,07	0,02	15,00	60,00
ПР	Выпечка Кныш (картофель, мясо курицы, мука пшеничная, соль йодированная, масло сливочное)	90	4,00	8,30	7,60	20,70	181,30
ПР	Батон особый (мука пшеничная, дрожжи, раст. масло, сахар, йодир. соль)	40	3,20	3,08	1,32	19,92	104,80
	Итого:	550	67,80	33,86	24,50	95,61	740,56
Дополнительная витаминизация							
ПР	Десерт фруктовый (апельсин)	100	18,01	0,90	0,20	8,10	43,00
Обед							
67	Винегрет овощной (свекла отварная, морковь отварная, горошек консервированный, масло растительное, соль йодированная, картофель отв.)	70	12,00	1,02	7,12	5,36	87,93
98	Суп крестьянский с пшеном на бульоне из цыплят, зеленью (б/к капуста, карт., крупа пшено, морк., лук репч., мясо кур, раст. масло, зелень, йодир.)	200/15/1	18,84	7,21	11,22	11,39	170,50
98.06/540	Котлета мясо-рыбная "Веста" с соусом красным основным (филе цыпленка, минтая, морковь, лук репчатый, хлеб пшенич.,)	70/50	32,00	6,37	5,36	11,39	119,86
321	Капуста тушеная (капуста б/к, морковь, масло растит., соль йодир., томат. пюре)	150	23,00	3,60	4,54	15,79	120,68
377	Чай фруктовый (вишня) (чай черный, сахар, вишня св./мор.)	200	5,00	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
	Итого:	806	94,94	22,05	28,88	76,36	650,03
	Всего:	1356	162,74	55,91	53,38	171,97	1390,59
Дополнительная витаминизация							
ПР	Десерт фруктовый (апельсин)	100	18,01	0,90	0,20	8,10	43,00

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

Светлана Сергеевна

Утверждаю
 МУН "Школьное питание" г.о. Жигулевск
 Директор _____ С. А. Жустова

Согласовано
 ГБОУ С (О)ОШ № 10
 Директор _____

Меню на "23" мая 2023г
 Возрастная категория с 7 до 11 лет

7 день цикла меню (аллергия на рыбу)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
Завтрак							
ПР	Выпечка Кныш (картофель,мясо курицы,мука пшеничная,соль йодированная,масло сливочное)	90	40,00	8,30	7,60	20,70	181,30
173	Каша вязкая молочная геркулесовая со сливочным МАСЛОМ(крупка геркулесовая, молоко 2,5 %, слив. масло 72%, сахар, йодир. соль.)	160/10	16,60	6,24	12,45	26,43	229,43
378	Чай с молоком (чай черный, молоко 2,5 %, сахар)	200	8,00	1,59	1,64	12,38	70,96
ПР	Батон особый	40	3,20	3,08	1,32	19,92	104,80
	Итого:	500	67,80	19,21	23,01	79,43	586,49
Дополнительная витаминизация							
ПР	Десерт фруктовый (апельсин)	100	18,01	0,90	0,20	8,10	43,00
Обед							
67	Винегрет овощной (свекла отварная,морковь отварная,горошек консервированный,масло растительное,соль йодированная,картофель отв.)	70	12,00	1,02	7,12	5,36	87,93
98	Суп крестьянский с пшеном на бульоне из цыплят, зеленью (б/к капуста, карт., крупка пшено, морк., лук репч., мясо кур, раст. масло, зелень, йодир. соль)	200/15/1	18,84	7,21	11,22	11,39	170,50
288/30	Цыплята отварные с соусом сметанным с томатом (цыпленок, соль йодированная)	70/50	30,64	15,48	10,45	2,09	165,59
312	Картофельное пюре (картофель, молоко 2,5 %, слив. масло 72%, йодир.соль)	150	23,00	3,28	5,60	22,06	152,24
377	Чай фруктовый (вишня) (чай черный, сахар,вишня св./мор.)	200	5,00	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
	Итого:	806	93,58	30,84	35,03	73,33	727,32
Дополнительная витаминизация							
ПР	Десерт фруктовый (апельсин)	100	18,01	0,90	0,20	8,10	43,00

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством _____

С.А. Жустова

Директор А.С. Кустова

Меню на "23" мая 2023г

Директор *Иван*

Возрастная категория с 12 лет и старше

7 день цикл. Меню

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
<i>Завтрак</i>							
ПР	Выпечка Кныш (картофель,мясо курицы,мука пшеничная,соль йодированная,масло сливочное)	90	40,00	8,30	7,60	20,70	181,30
173	Каша вязкая молочная геркулесовая со сливочным МАСЛОМ(крупа геркулесовая, молоко 2,5 %, слив. масло 72%, сахар, йодир. соль.)	200/10	21,20	7,78	13,49	36,01	280,06
378	Чай с молоком (чай черный, молоко 2,5 %, сахар)	200	8,00	1,59	1,64	12,38	70,96
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
Итого:		640	82,40	21,15	24,45	98,81	684,12
<i>Обед</i>							
67	Винегрет овощной (свекла отварная,морковь отварная,горошек консервированный,масло растительное,соль йодированная,картофель отв.)	70	12,00	0,87	6,10	10,02	75,37
98	Суп крестьянский с пшеном на бульоне из цыплят, зеленью (б/к капуста, карт., крупа пшено, морк., лук репч., мясо кур, раст. масло, зелень, йодир. соль)	250/15/1	19,20	9,21	9,50	21,36	170,50
288/30	Цыплята отварные с соусом сметанным с томатом (цыпленок, соль йодированная)	70/30	30,40	15,48	10,45	2,09	165,59
312	Картофельное пюре (картофель, молоко 2,5 %, слив. масло 72%, йодир.соль)	150	23,00	3,28	5,60	22,06	152,24
377	Чай фруктовый (вишня) (чай черный, сахар,вишня св./мор.)	200	5,00	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
Итого:		836	93,70	32,69	32,29	87,96	714,76
Всего:		1476	176,10	53,84	56,74	186,77	1398,88

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

Анна Александровна