

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

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

Меню на "27" марта 2023г
 Возрастная категория с 7 до 11 лет

11 день цикл. меню

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
	Завтрак						
260	Гуляш из говядины (мякоть говядины, лук репчатый, томатное пюре, мука пшеничная, масло растительное)	35/50	46,94	11,23	8,69	2,85	134,80
309	Макаронные изделия отварные (макаронные изделия из пшен. муки, слив. масло 72%, йодир. соль)	160	11,66	5,80	5,01	37,05	216,72
377	Чай фруктовый (ассорти) (вишня с/м, смородина с/м, сахар, чай черный)	200	6,00	0,15	0,05	10,38	42,86
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	20/20	3,20	2,89	0,47	17,91	87,60
	Итого:	500	67,80	20,07	14,22	68,19	481,98
	Обед						
82	Борщ с капустой и картофелем, мясом цыпленка, сметаной, зеленью (свекла, картофель, мясо кур, лук репч., морковь, томат. пюре, раст. масло, сметана 15%, сахар, йодир. соль, укроп зелень)	200/15/10/1	21,84	5,71	8,40	10,30	140,35
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	9,28	14,41	10,79	210,39
302	Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, сл. масло, йодир. соль)	150	18,00	9,02	6,69	40,81	259,18
389	Сок фруктовый (в ассортименте)	200	13,00	0,20	0,26	22,60	92,00
ПР	Булочка Ромашка (мука пшенич., раст. масло, соль, сахар, дрожжи)	40	5,00	4,20	4,35	19,60	105,30
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/20	4,10	3,75	0,61	22,42	110,40
	Итого:	761	94,94	32,16	34,72	126,52	917,62
	Всего:	1261	162,74	52,23	48,94	194,71	1399,60

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

Александр Александрович

Утверждаю

Согласовано

МУП "Школьное питание" г.о. Жигулевск

ГБОУ С (О)ОШ № 10

Директор А.С.Кустова

Директор

Меню на "27" марта 2023г

Возрастная категория с 12 лет и старше

11 день цикл. меню

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
	Завтрак						
260	Гуляш из говядины (мякоть говядины, лук репчатый, томатное пюре, мука пшеничная, масло растительное)	45/50	60,80	14,29	9,73	2,85	156,44
309	Макаронные изделия отварные (макаронные изделия из пшен. муки, слив. масло 72%, йодир. соль)	150	11,00	5,80	5,01	37,05	216,72
377	Чай фруктовый (ассорти) (вишня с/м, смородина с/м, сахар, чай черный)	200	6,00	0,15	0,05	10,38	42,86
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/25	4,60	4,05	0,66	24,64	120,90
	Итого:	500	82,40	24,29	15,45	74,92	536,92
	Обед						
82	Борщ с капустой и картофелем, мясом цыпленка, сметаной, зеленью (свекла, картофель, мясо кур, лук репч., морковь, томат. пюре, раст. масло, сметана 15%, сахар, йодир. соль, укроп зелень)	250/15/10/1	22,60	6,09	9,44	12,84	161,43
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
302	Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, сл. масло, йодир. соль)	140	16,00	9,02	6,69	40,81	259,18
389	Сок фруктовый (в ассортименте)	200	13,00	0,20	0,26	22,60	92,00
ПР	Булочка Ромашка (мука пшенич., раст. масло, соль, сахар, дрожжи)	40	5,00	4,20	4,35	19,60	105,30
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/20	4,10	3,75	0,61	22,42	110,40
	Итого:	801	93,70	30,16	29,45	129,06	858,41
	Всего:	1301	176,10	54,45	44,90	203,98	1395,33

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством



Меню на "27" марта 2023г

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

11 день цикл. меню

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
Завтрак							
260	Гуляш из говядины(мякоть говядины,лук репчатый,томатное пюре,мука пшеничная,масло растительное)	35/50	46,94	11,23	8,69	2,85	134,80
309	Макаронные изделия отварные (макаронные изделия из пшен.муки, слив.масло 72%, йодир.соль)	160	11,66	5,80	5,01	37,05	216,72
377	Чай фруктовый (ассорти) (вишня с/м,смородина с/м,сахар,чай черный)	200	6,00	0,15	0,05	10,38	42,86
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	20/20	3,20	2,89	0,47	17,91	87,60
	Итого:	500	67,80	20,07	14,22	68,19	481,98
Обед							
82	Борщ с капустой и картофелем, мясом цыпленка, сметаной, зеленью (свекла, картофель, мясо кур, лук репч., морковь, томат.пюре, раст. масло, сметана 15%, сахар, йодир. соль, укроп зелень)	200/15/10/1	21,84	5,71	8,40	10,30	140,35
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	9,28	14,41	10,79	210,39
302	Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, сл. масло, йодир. соль)	150	18,00	9,02	6,69	40,81	259,18
389	Сок фруктовый (в ассортименте)	200	13,00	0,20	0,26	22,60	92,00
ПР	Булочка Ромашка (мука пшеничн., раст. масло, соль, сахар, дрожжи)	40	5,00	4,20	4,35	19,60	105,30
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/20	4,10	3,75	0,61	22,42	110,40
	Итого:	761	94,94	32,16	34,72	126,52	917,62
	Всего:	1261	162,74	52,23	48,94	194,71	1399,60

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

Александр Александрович

Утверждаю

МУП "Школьное питание" г.о.Жигулевск

Директор А.С.КустоваСогласовано
ГБОУ С (О)ОШ № 10 имени 10Директор Игорь

Меню на "27" марта 2023г

Возрастная категория с 7 до 11 лет (средства родительской платы)

11 день цикл. меню

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
	<i>Обед</i>						
82	Борщ с капустой и картофелем, мясом цыпленка, сметаной, зеленью (свекла, картофель, мясо кур, лук репч., морковь, томат.пюре, раст. масло, сметана 15%, сахар, йодир. соль, укроп зелень)	200/15/10/1	21,84	2,71	7,40	3,20	105,30
ПР	Тефтели из индейки (мясо индейки,рис,лук репчатый)	65	29,26	8,80	13,26	8,70	189,50
302	Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, сл. масло, йодир. соль)	130	15,00	9,02	6,69	40,81	259,18
389	Сок фруктовый (в ассортименте)	200	13,00	0,20	0,26	22,60	92,00
ПР	Булочка Ромашка (мука пшеничн., раст. масло, соль, сахар. дрожжи)	40	5,00	4,20	4,35	19,60	105,30
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	20/15	2,30	2,60	0,42	15,69	77,10
	Итого:	696	86,40	23,33	28,03	91,00	723,08

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

Анна Сергеевна П.

Утверждаю

МУП "Школьное питание" г.о. Жигулевск

Директор А.С.Кустова

Согласовано

ГБОУ С (О)ОШ № 10

Директор

Меню на "27" марта 2023г

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

11 день цикл. меню

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
Завтрак							
260	Гуляш из ГОВЯДИНЫ(мякоть говядины, лук репчатый, томатное пюре, мука пшеничная, масло растительное)	40/50	57,26	12,65	8,20	2,25	133,66
309	Макаронные изделия отварные (макаронные изделия из пшен. муки, слив. масло 72%, йодир. соль)	150	11,00	5,80	5,01	37,05	216,72
377	Чай фруктовый (ассорти) (вишня с/м, смородина с/м, сахар, чай черный)	200	6,00	0,15	0,05	10,38	42,86
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/25	4,60	4,05	0,66	24,64	120,90
	Итого:	495	78,86	22,65	13,92	74,32	514,14
Обед							
82	Борщ с капустой и картофелем, мясом цыпленка, сметаной, зеленью (свекла, картофель, мясо кур, лук репч., морковь, томат.пюре, раст. масло, сметана 15%, сахар, йодир. соль, укроп)	250/15/10/1	22,60	6,09	9,44	12,84	161,43
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
302	Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, сл. масло, йодир. соль)	140	16,00	9,02	6,69	40,81	259,18
389	Сок фруктовый (в ассортименте)	200	13,00	0,20	0,26	22,60	92,00
ПР	Булочка Ромашка (мука пшеничн., раст. масло, соль, сахар, дрожжи)	40	5,00	4,20	4,35	19,60	105,30
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/20	4,10	3,75	0,61	22,42	110,40
ПР	Сок фруктовый в индивидуальной упаковке	200	16,72	0,20	0,26	22,60	92,00
	Итого:	1001	110,42	30,16	29,45	129,06	858,41
	Всего:	1496	189,28	52,81	43,37	203,38	1372,55

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

