

Меню на "28" февраля 2023 г.
Возрастная категория с 7 до 11 лет

12 день шк. меню (молочный белок)

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход, г | Цена, руб | Химический состав | | | |
|----------------|---|-------------|---------------|-------------------|--------------|---------------|----------------|
| | | | | белки, г | жиры, г | углеводы, г | ЭЦ, ккал |
| Завтрак | | | | | | | |
| 243/540 | Сосиска отварная с соусом красным основным (сосиска говяжья "Экстра", томатное пюре, мука пшеничная, соль йодированная, лук репчатый, морковь) | 55/50 | 33,00 | 6,16 | 7,00 | 2,98 | 173,90 |
| 302 | Каша пшеничная рассыпчатая с маслом растительным (крупа пшеничная, масло растит., соль йодированная) | 150 | 13,60 | 6,93 | 5,11 | 37,90 | 228,87 |
| 376 | Чай с сахаром (чай черный, сахар) | 200 | 8,00 | 0,07 | 0,02 | 15,00 | 60,00 |
| 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 |
| | Итого: | 595 | 67,80 | 16,64 | 13,85 | 85,60 | 614,57 |
| Обед | | | | | | | |
| 62 | Салат из моркови с чесноком (морковь, масло растительное, соль йодированная, чеснок) | 60 | 6,00 | 0,69 | 6,05 | 3,65 | 72,45 |
| 96 | Рассольник "Ленинградский" на бульоне из мяса цыплят, зеленью (картофель п/ф., крупа перловая, огурцы консервир., морк., лук репч., мясо кур., укроп зелень, йодир. соль) | 200/15/1 | 19,84 | 7,30 | 12,43 | 24,80 | 166,52 |
| 268 | Шницель из свинины (мякоть свинины, хлеб пшеничный, масло растительное, соль йодированная, лук репчатый) | 60 | 38,00 | 10,08 | 9,42 | 11,26 | 156,38 |
| 310 | Картофель отварной с растительным маслом, зеленью (картофель, масло растит., соль йодир., зелень) | 140 | 23,00 | 2,83 | 5,46 | 22,89 | 152,31 |
| 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 |
| | Итого: | 726 | 94,94 | 24,75 | 34,00 | 95,03 | 698,72 |
| | Всего: | 1321 | 162,74 | 41,39 | 47,85 | 180,63 | 1313,29 |

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством Ильин, Михайлов

Меню на "28" февраля 2023 г.
 Возрастная категория с 7 до 11 лет

12 день цикл. меню (обедения на рыбу)

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход, г | Цена, руб | Химический состав | | | |
|----------------|---|-------------|---------------|-------------------|--------------|---------------|----------------|
| | | | | белки, г | жиры, г | углеводы, г | ЭЦ, ккал |
| Завтрак | | | | | | | |
| 175 | Каша вязкая молочная из риса и пшена со слив. МАСЛОМ (крупа рисовая, пшено, молоко 2,5 %, слив. масло 72%, сахар, йодир. соль.) | 150/10 | 13,60 | 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 (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 (мука пшеничная, дрожжи, раст. масло, сахар, йодир. соль) | 40 | 3,20 | 3,08 | 1,32 | 19,92 | 104,80 |
| Итого: | | 555 | 67,80 | 15,70 | 16,12 | 74,16 | 517,60 |
| Обед | | | | | | | |
| 62 | Салат из моркови с чесноком (морковь,масло растительное,соль йодированная,чеснок) | 60 | 6,00 | 0,69 | 6,05 | 3,65 | 72,45 |
| 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) | 200/15/10/1 | 19,84 | 6,99 | 10,45 | 22,40 | 190,30 |
| 268/331 | Шницель из свинины с соусом сметанным с томатом (мясо свинины,хлеб пшеничный,лук репчатый,соль йодированная,масло растительное,сметана 15%,томатное пюре) | 60/30 | 38,00 | 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 |
| Итого: | | 776 | 94,94 | 26,38 | 30,39 | 100,04 | 731,35 |
| Всего: | | 1331 | 162,74 | 42,08 | 46,51 | 174,20 | 1248,95 |

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством _____

С.А. Кустова / *С.А. Кустова*

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

Согласовано
 ГБОУ С (О)ОШ № 10
 Директор _____

Меню на "28" февраля 2023 г.
 Возрастная категория с 12 лет и старше

12 день цикл. меню (аллергия на рыбу)

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход, г | Цена, руб | Химический состав | | | |
|-------------|---|-------------|---------------|-------------------|--------------|---------------|----------------|
| | | | | белки, г | жиры, г | углеводы, г | ЭЦ, ккал |
| | Завтрак | | | | | | |
| 175 | Каша вязкая молочная из риса и пшена со слив. МАСЛОМ (крупа рисовая, пшено, молоко 2,5 %, слив. масло 72%, сахар, йодир. соль.) | 190/10 | 18,20 | 5,83 | 11,64 | 32,15 | 257,47 |
| 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 | Пирожок с малиновой начинкой (мука) пшеничная, конфитюр, соль, сахар, масло сливочное) | 30 | 10,00 | 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 |
| | Итого: | 625 | 82,40 | 18,99 | 27,63 | 103,85 | 720,36 |
| | Обед | | | | | | |
| 62 | Салат из моркови с чесноком (морковь, масло растительное, соль йодированная, чеснок) | 50 | 5,00 | 0,69 | 6,05 | 3,65 | 72,45 |
| 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 | 30/20 | 4,10 | 3,75 | 0,61 | 22,42 | 110,40 |
| | Итого: | 811 | 93,70 | 27,06 | 33,18 | 93,13 | 714,68 |
| | Всего: | 1436 | 176,10 | 46,05 | 60,81 | 196,98 | 1435,04 |

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством _____

В.В. Шинкина