

МУН "Школьное питание" г.о. Жигулевск  
 Директор С.А. Кустова

ГБОУ С (О)ОШ №

Директор Ильин

Меню на "29" мая 2023г

Возрастная категория с 7 до 11 лет

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>							
260	Гуляш из ГОВЯДИНЫ (мякоть говядины, лук репчатый, томатное пюре, мука пшеничная, масло растительное)	30/60	40,60	9,80	9,17	3,42	135,77
304	Рис отварной с маслом растительным (крупа рисовая, растит. масло., йодир. соль)	150	15,60	3,81	6,11	40,01	230,31
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.)	20/20	3,20	2,89	0,47	17,91	87,60
	<b>Итого:</b>	<b>500</b>	<b>64,40</b>	<b>16,60</b>	<b>15,78</b>	<b>71,35</b>	<b>494,34</b>
<b>Дополнительная витаминизация</b>							
ПР	Сок фруктовый в индивидуальной упаковке	200	18,01	0,20	0,26	22,60	92,00
<b>Обед</b>							
82	Борщ с капустой и картофелем, мясом цыпленка, зеленью (свекла, картофель, мясо кур, лук репч., морковь, томат.пюре, раст. масло, сахар, йодир. соль, укроп зелень)	200/15/1	21,84	5,71	8,40	10,30	140,35
279/540	Тефтели из мяса цыплят с соусом красным основным (филе кур, крупа рисовая, яйцо кур., лук репч., морковь, соус-томат. пюре, мука пшенич., йодир. соль)	60/20	29,00	8,39	14,74	9,53	204,69
303	Каша гречневая вязкая с маслом растительным (крупа гречка, растит. масло, йодир. соль)	150	18,66	9,62	7,13	45,53	276,46
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	3,36	3,48	23,68	139,24
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>761</b>	<b>91,60</b>	<b>31,03</b>	<b>34,62</b>	<b>134,06</b>	<b>963,14</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1261</b>	<b>156,00</b>	<b>47,63</b>	<b>50,40</b>	<b>205,41</b>	<b>1457,48</b>
<b>Дополнительная витаминизация</b>							
ПР	Сок фруктовый в индивидуальной упаковке	200	18,01	0,20	0,26	22,60	92,00

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

*Ильин* *С.А. Кустова*

Меню на "29" мая 2023г

Директор Мис

Возрастная категория с 7 до 11 лет

день цикла: меню (аллергия на рыбу)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
<b>Завтрак</b>							
260	Гуляш из говядины (мякоть говядины, лук репчатый, томатное пюре, мука пшеничная, масло растительное)	30/60	40,60	9,80	9,17	3,42	135,77
304	Рис отварной (крупа рисовая, слив. масло 72%, йодир. соль)	160	19,00	3,39	6,52	42,67	245,66
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.)	20/20	3,20	2,89	0,47	17,91	87,60
	<b>Итого:</b>	<b>500</b>	<b>67,80</b>	<b>16,18</b>	<b>16,19</b>	<b>74,01</b>	<b>509,69</b>
<b>Дополнительная витаминизация</b>							
ПР	Сок фруктовый в индивидуальной упаковке	200	18,01	0,20	0,26	22,60	92,00
<b>Обед</b>							
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)	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	8,88	4,65	10,49	119,59
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	3,36	3,48	23,68	139,24
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>761</b>	<b>94,94</b>	<b>30,92</b>	<b>24,09</b>	<b>130,30</b>	<b>860,76</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1261</b>	<b>162,74</b>	<b>47,10</b>	<b>40,28</b>	<b>204,31</b>	<b>1370,45</b>
<b>Дополнительная витаминизация</b>							
ПР	Сок фруктовый в индивидуальной упаковке	200	18,01	0,20	0,26	22,60	92,00

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

Анна Саурешкина