

Меню на "29" марта 2023г.
 Возрастная категория с 7 до 11 лет

13 день цикла: меню (аллергия на рыбу)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
Завтрак							
52	Салат из свеклы с чесноком (свекла отварная, чеснок, масло растительное, соль йодированная)	70	8,00	0,71	3,04	4,18	46,92
269	Биточки (особые) из говядины и свинины (говядина, свинина мякоть, пшеничн. хлеб., пшеничн сухари, раст. масло, йодир. соль)	50	33,60	8,88	4,82	5,21	99,73
305/136	Рис с овощами (крупа рис., морковь, лук репч., раст. масло, слив. масло, йодир. соль)	150	18,00	6,38	12,09	63,79	390,00
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
	Итого:	510	67,80	18,96	20,45	101,10	664,91
Обед							
104/105	Суп картофельный с фрикадельками из цыплят (картофель п/ф., морк., лук репч., томат. пюре, масло раст., укроп зелень, лавр.лист, йодир. соль, мясо кур, лук репчат., яйцо курин., йодир. соль)	200/20/1	23,84	7,61	7,21	14,92	155,52
293/540	Цыплята порциями в соусе красном основном (цыплята порц., морковь, лук репчатый томатное пюре, мука пшенич., йодир. соль)	70/50	40,26	19,06	21,44	3,36	283,18
309	Макаронные изделия отварные (макаронны из пшен. муки, слив. масло 72%, йодир. соль)	170	13,74	6,58	5,68	41,99	245,62
389	Сок фруктовый (в ассортименте)	200	13,00	0,20	0,26	22,60	92,00
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/20	4,10	3,75	0,06	22,42	110,40
	Итого:	761	94,94	37,20	34,65	105,29	886,72
	Всего:	1271	162,74	56,16	55,10	206,39	1551,63

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством Ильина / Ильина О.А.

Меню на "29" марта 2023 г.
 Возрастная категория с 12 лет и старше

13 день цикла меню (аллергия на рыбу)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
Завтрак							
52	Салат из свеклы с чесноком (свекла отварная, чеснок, масло растительное, соль йодированная)	70	8,00	0,71	3,04	4,18	46,92
269	Биточки (особые) из говядины и свинины (говядина, свинина мякоть, пшеничн. хлеб., пшеничн. сухари, раст. масло, йодир. соль)	60	46,80	10,65	5,39	6,25	116,10
305/136	Рис с овощами (крупа рис., морковь, лук репч., раст. масло, слив. масло, йодир. соль)	150	18,00	3,55	11,68	33,82	180,18
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.)	30/25	4,60	4,05	0,66	24,64	120,90
Итого:		535	82,40	19,06	20,80	78,90	504,76
Обед							
104/105	Суп картофельный с фрикадельками из цыплят (картофель п/ф., морк., лук репч., томат. пюре, масло раст., укроп зелень, лавр. лист, йодир. соль, мясо кур, лук репчат., яйцо куриц., йодир. соль)	250/20/1	24,20	7,08	4,62	18,5	144,54
293/331	Цыплята порциями в соусе сметанном с томатом (цыплята порц., сметана, морковь, лук репчатый, томатное пюре, мука пшенич., йодир. соль)	70/50	40,74	19,35	22,33	3,21	291,78
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
389	Сок фруктовый (в ассортименте)	200	13,00	0,20	0,26	22,60	92,00
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	36,18	32,83	103,78	855,44
Всего:		1336	176,10	55,24	53,63	182,68	1360,20

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством Иветкина / Иветкина О.Н.

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

Согласовано
 ГБОУ СО(О)Ш № 10
 Директор Ильин

Меню на "29" марта 2023 г.
 Возрастная категория с 7 до 11 лет

13 день цикла меню (молочный белок)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
Завтрак							
52	Салат из свеклы с чесноком (свекла отварная, чеснок, масло растительное, соль йодированная)	70	8,00	0,71	3,04	4,18	46,92
269	Биточки (особые) из говядины и свинины (говядина, свинина мякоть, пшеничн. хлеб., пшеничн. сухари, раст. масло, йодир. соль)	50	33,60	8,88	4,82	5,21	99,73
305/136	Рис с овощами (крупа рис., морковь, лук репч., раст. масло, слив. масло, йодир. соль)	150	18,00	6,38	12,09	63,79	390,00
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
	Итого:	510	67,80	18,96	20,45	101,10	664,91
Обед							
104/105	Суп картофельный с фрикадельками из цыплят с зеленью (картофель п/ф., морк., лук репч., томат. пюре, масло раст., укроп зелень, лавр. лист, йодир. соль, мясо кур, лук репчат., яйцо куриц., йодир. соль)	200/20/1	23,84	7,61	7,21	14,92	155,52
293/540	Цыплята порциями в соусе красном основном (цыплята порц., морковь, лук репчатый, томатное пюре, мука пшенич., йодир. соль)	70/50	40,26	19,06	21,44	3,36	283,18
309	Макаронные изделия отварные с растительным маслом (макаронны из пшен. муки, масло растит., йодир. соль)	170	13,74	6,58	5,68	41,99	245,62
389	Сок фруктовый (в ассортименте)	200	13,00	0,20	0,26	22,60	92,00
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/20	4,10	3,75	0,06	22,42	110,40
	Итого:	761	94,94	37,20	34,65	105,29	886,72
	Всего:	1271	162,74	56,16	55,10	206,39	1551,63

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством Ильин / Ильин