

Утверждаю

МУП "Школьное питание" г.о. Жигулевск

Директор А.С.Кустова

Согласовано  
ГБОУ С (О)ОШ № 10

Директор Иванов

Меню на "30" марта 2023 г.

Возрастная категория с 7 до 11 лет

14 день цикл. меню

| № рецептуры    | Наименование блюда  | Выход, г    | Цена, руб     | Химический состав |              |               |                |
|----------------|---|-------------|---------------|-------------------|--------------|---------------|----------------|
|                |   |             |               | белки, г          | жиры, г      | углеводы, г   | ЭЦ, ккал       |
| <b>Завтрак</b> |   |             |               |                   |              |               |                |
| 98.06/331      | Котлета мясо-рыбная "Веста" с соусом сметанным с томатом (филе цыпленка, мятая, морковь, лук репч., хлеб пшеничн., раст.масло,сметана 15%,томатное пюре)                                | 60/30       | 25,60         | 5,23              | 4,11         | 8,87          | 156,83         |
| 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 с лимоном (чай черный,сахар,лимон св.)  | 200         | 6,00          | 0,16              | 0,03         | 10,22         | 43,04          |
| ПР             | Пирожок с абрикосовой начинкой  | 30          | 10,00         | 2,37              | 3,57         | 18,54         | 115,83         |
| 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>510</b>  | <b>67,80</b>  | <b>13,93</b>      | <b>13,78</b> | <b>77,60</b>  | <b>555,54</b>  |
| <b>Обед</b>    |   |             |               |                   |              |               |                |
| ПР             | Десерт фруктовый(яблоко)  | 100         | 10,00         | 0,40              | 0,40         | 9,80          | 47,00          |
| 99             | Суп овощной на бульоне из мяса цыплят, зеленью (б/к капуста, картофель, лук репч.,морковь, мясо кур.,зел.горошек конс., раст. масло, укроп зелень, сметана 15%, йодир. соль, лавр.лист) | 200/15/1    | 20,84         | 6,80              | 11,58        | 9,50          | 137,67         |
| 265            | Плов из свинины (свинина постная мякоть, крупа рисовая, морковь, лук репч., раст. масло, соль йодир.)   | 40/170      | 52,00         | 16,57             | 12,89        | 45,49         | 364,63         |
| 349            | Компот из сухофруктов (смесь сухофруктов, сахар)  | 200         | 8,00          | 0,66              | 0,09         | 32,00         | 132,80         |
| 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>776</b>  | <b>94,94</b>  | <b>28,18</b>      | <b>25,57</b> | <b>119,21</b> | <b>792,50</b>  |
|                | <b>Всего:</b>   | <b>1286</b> | <b>162,74</b> | <b>42,11</b>      | <b>39,35</b> | <b>196,81</b> | <b>1348,04</b> |

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством Александрова

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

Согласовано  
ГБОУ СО(О)ОШ № 10 \_\_\_\_\_

Меню на "30" марта 2023 г.

Директор \_\_\_\_\_

Возрастная категория с 12 лет и старше

14 день цикл. меню

| № рецептуры | Наименование блюда  | Выход, г    | Цена, руб     | Химический состав |              |               |                |
|-------------|---|-------------|---------------|-------------------|--------------|---------------|----------------|
|             |   |             |               | белки, г          | жиры, г      | углеводы, г   | ЭЦ, ккал       |
|             | <b>Завтрак</b>  |             |               |                   |              |               |                |
| 98.06/331   | Котлета мясо-рыбная "Веста" с соусом сметанным с томатом (филе цыпленка, минтая, морковь, лук репч., хлеб пшеничн., раст.масло, сметана 15%, томатное пюре)                                 | 80/30       | 35,80         | 6,04              | 4,59         | 9,99          | 105,93         |
| 312         | Картофельное пюре (картофель, молоко 2,5 %, слив. масло 72%, йодир. соль)   | 170         | 26,00         | 3,97              | 7,91         | 25,53         | 184,05         |
| 377         | Чай с лимоном (чай черный, сахар, лимон св.)  | 200         | 6,00          | 0,16              | 0,03         | 10,22         | 43,04          |
| ПР          | Пирожок с абрикосовой начинкой  | 30          | 10,00         | 2,37              | 3,57         | 18,54         | 115,83         |
| ПР          | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)  | 30/25       | 4,60          | 4,05              | 0,66         | 24,64         | 120,90         |
|             | <b>Итого:</b>   | <b>565</b>  | <b>82,40</b>  | <b>16,59</b>      | <b>16,76</b> | <b>88,92</b>  | <b>569,75</b>  |
|             | <b>Обед</b>   |             |               |                   |              |               |                |
| ПР          | Десерт фруктовый (яблоко)   | 100         | 10,00         | 0,40              | 0,40         | 9,80          | 47,00          |
| 99          | Суп овощной на бульоне из мяса цыплят, зеленью (б/к капуста, картофель, лук репч., морковь, мясо кур., зел. горошек конс., раст. масло, укроп зелень, сметана 15%, йодир. соль, лавр. лист) | 250/15/1    | 21,60         | 4,80              | 8,10         | 23,10         | 137,67         |
| 265         | Плов из свинины (свинина постная мякоть, крупа рисовая, морковь, лук репч., раст. масло, соль йодир.)   | 40/160      | 50,00         | 16,29             | 12,35        | 16,29         | 348,20         |
| 349         | Компот из сухофруктов (смесь сухофруктов, сахар)  | 200         | 8,00          | 0,66              | 0,09         | 32,00         | 132,80         |
| 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>816</b>  | <b>93,70</b>  | <b>25,90</b>      | <b>21,55</b> | <b>103,61</b> | <b>776,07</b>  |
|             | <b>Всего:</b>   | <b>1381</b> | <b>176,10</b> | <b>42,49</b>      | <b>38,31</b> | <b>192,53</b> | <b>1345,82</b> |

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством \_\_\_\_\_



Утверждаю

МУП "Школьное питание" г.о.Жигулевск

Директор А.С.Кустова

Согласовано

ГБОУ С (О)ОШ № 10

Директор Мер

Меню на "30" марта 2023 г.

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

14 день цикл. меню

| № рецептуры | Наименование блюда  | Выход, г    | Цена, руб     | Химический состав |              |               |                |
|-------------|---|-------------|---------------|-------------------|--------------|---------------|----------------|
|             |   |             |               | белки, г          | жиры, г      | углеводы, г   | ЭЦ, ккал       |
|             | <b>Завтрак</b>  |             |               |                   |              |               |                |
| 98.06/331   | Котлета мясо-рыбная "Веста" с соусом сметанным с томатом (филе цыпленка, минтая, морковь, лук репч., хлеб пшеничн., раст.масло,сметана 15%,томатное пюре)                               | 60/30       | 25,60         | 5,23              | 4,11         | 8,87          | 156,83         |
| 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 с лимоном (чай черный,сахар,лимон св.)  | 200         | 6,00          | 0,16              | 0,03         | 10,22         | 43,04          |
| ПР          | Пирожок с абрикосовой начинкой  | 30          | 10,00         | 2,37              | 3,57         | 18,54         | 115,83         |
| 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>510</b>  | <b>67,80</b>  | <b>13,93</b>      | <b>13,78</b> | <b>77,60</b>  | <b>555,54</b>  |
|             | <b>Обед</b>   |             |               |                   |              |               |                |
| ПР          | Десерт фруктовый(яблоко)  | 100         | 10,00         | 0,40              | 0,40         | 9,80          | 47,00          |
| 99          | Суп овощной на бульоне из мяса цыплят, зеленью (б/к капуста, картофель, лук репч.,морковь, мясо кур.,зел.горошек конс., раст. масло, укроп зелень, сметана 15%, йодир. соль, лавр.лист) | 200/15/1    | 20,84         | 6,80              | 11,58        | 9,50          | 137,67         |
| 265         | Плов из свинины (свинина постная мякоть, крупа рисовая, морковь, лук репч., раст. масло, соль йодир.)   | 40/170      | 52,00         | 16,57             | 12,89        | 45,49         | 364,63         |
| 349         | Компот из сухофруктов (смесь сухофруктов, сахар)  | 200         | 8,00          | 0,66              | 0,09         | 32,00         | 132,80         |
| 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>776</b>  | <b>94,94</b>  | <b>28,18</b>      | <b>25,57</b> | <b>119,21</b> | <b>792,50</b>  |
|             | <b>Всего:</b>   | <b>1286</b> | <b>162,74</b> | <b>42,11</b>      | <b>39,35</b> | <b>196,81</b> | <b>1348,04</b> |

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

Александрова А.П.

Утверждаю

Согласовано

МУП "Школьное питание" г.о. Жигулевск

ГБОУ С (О)ОШ № 10

Директор  А.С.Кустова

Меню на "30" марта 2023 г.

Директор 

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

14 день цикл. меню

| № рецептуры | Наименование блюда  | Выход, г   | Цена, руб    | Химический состав |              |               |               |
|-------------|---|------------|--------------|-------------------|--------------|---------------|---------------|
|             |   |            |              | белки, г          | жиры, г      | углеводы, г   | ЭЦ, ккал      |
|             | <i>Обед</i>   |            |              |                   |              |               |               |
| 99          | Суп овощной на бульоне из мяса цыплят, зеленью<br>(б/к капуста, картофель, лук репч., морковь, мясо кур., зел. горошек конс., раст. масло, укроп, зелень, сметана 15%, йодир. соль, лавр. лист) | 250/15/1   | 21,60        | 4,80              | 8,10         | 23,10         | 137,67        |
| 265         | Плов из свинины ( свинина постная мякоть, крупа рисовая, морковь, лук репч., раст. масло, соль йодир.)  | 40/170     | 52,70        | 16,57             | 12,89        | 45,49         | 364,63        |
| 349         | Компот из сухофруктов<br>(смесь сухофруктов, сахар)   | 200        | 8,00         | 0,66              | 0,09         | 32,00         | 132,80        |
| ПР          | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный<br>(мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)   | 30/20      | 4,10         | 3,75              | 0,61         | 22,42         | 110,40        |
|             | <b>Итого:</b>   | <b>726</b> | <b>86,40</b> | <b>25,78</b>      | <b>21,69</b> | <b>123,01</b> | <b>745,50</b> |

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством





Утверждаю

МУП "Школьное питание" г.о.Жигулевск

Директор А.С.Кустова

Согласовано  
ГБОУ С (О)ОШ № 10

Меню на "30" марта 2023 г.

Директор Ильин

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

14 день цикл. меню

| № рецептуры | Наименование блюда  | Выход, г    | Цена, руб     | Химический состав |              |               |                |
|-------------|---|-------------|---------------|-------------------|--------------|---------------|----------------|
|             |   |             |               | белки, г          | жиры, г      | углеводы, г   | ЭЦ, ккал       |
|             | <b>Завтрак</b>  |             |               |                   |              |               |                |
| 98.06       | Котлета мясо-рыбная "Веста" с соусом сметаным с томатом (филе цыпленка, минтая, морковь, лук репч., хлеб пшеничн., раст.масло)  | 80          | 32,26         | 6,04              | 4,59         | 9,99          | 105,93         |
| 312         | Картофельное пюре (картофель, молоко 2,5%, слив. масло 72%, йодир. соль)  | 170         | 26,00         | 3,97              | 7,91         | 25,53         | 184,05         |
| 377         | Чай с лимоном (чай черный, сахар, лимон св.)  | 200         | 6,00          | 0,16              | 0,03         | 10,22         | 43,04          |
| ПР          | Пирожок с абрикосовой начинкой  | 30          | 10,00         | 2,37              | 3,57         | 18,54         | 115,83         |
| ПР          | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)  | 30/25       | 4,60          | 4,05              | 0,66         | 24,64         | 120,90         |
|             | <b>Итого:</b>   | <b>535</b>  | <b>78,86</b>  | <b>16,59</b>      | <b>16,76</b> | <b>88,92</b>  | <b>569,75</b>  |
|             | <b>Обед</b>   |             |               |                   |              |               |                |
| ПР          | Десерт фруктовый(яблоко)  | 100         | 10,00         | 0,40              | 0,40         | 9,80          | 47,00          |
| 99          | Суп овощной на бульоне из мяса цыплят, зеленью (б/к капуста, картофель, лук репч., морковь, мясо кур., зел.горошек конс., раст. масло, укроп зелень, сметана 15%, йодир. соль, лавр.лист) | 250/15/1    | 21,60         | 4,80              | 8,10         | 23,10         | 137,67         |
| 265         | Плов из свинины (свинина постная мякоть, крупа рисовая, морковь, лук репч., раст. масло, соль йодир.)   | 40/160      | 50,00         | 16,29             | 12,35        | 16,29         | 348,20         |
| 349         | Компот из сухофруктов (смесь сухофруктов, сахар)  | 200         | 8,00          | 0,66              | 0,09         | 32,00         | 132,80         |
| 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          |
|             | <b>Итого:</b>   | <b>1016</b> | <b>110,42</b> | <b>26,10</b>      | <b>21,81</b> | <b>126,21</b> | <b>868,07</b>  |
|             | <b>Всего:</b>   | <b>1551</b> | <b>189,28</b> | <b>42,69</b>      | <b>38,57</b> | <b>215,13</b> | <b>1437,82</b> |

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

Александр Александрович