

Утверждено

Согласовано

МУП "Школьное питание" с.о. Жигулевск

ГБОУ СО(О)ОШ № 10

Директор С.А. Кустова

Меню на "04" мая 2023г

Директор *Ильин*

Возрастная категория с 7 до 11 лет

9 день цикла меню (аллергия на рыбу)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
Завтрак							
295/331	Котлеты рубленые из цыплят с соусом сметанным с ТОМАТОМ (мясо кур., пшен. хлеб, молоко 2,5 %, пшен. сухари, раст.масло,	60/50	39,60	8,93	14,16	11,48	209,75
309	Макаронные изделия отварные (макароны из пшен.муки, слив.масло 72%, йодир.соль)	150	11,00	5,80	5,01	37,05	216,72
376	Чай с сахаром (чай черный, сахар)	200	4,00	0,10	0,03	10,01	40,66
ПР	Десерт фруктовый(яблоко)	100	10,00	0,40	0,40	9,80	47,00
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	20/20	3,20	2,89	0,47	17,91	87,60
	Итого:	600	67,80	18,12	20,07	86,25	601,73
Дополнительная витаминизация							
ПР	Сыр плавленый ломтевой сливочный	18	18,01	1,75	4,73	0,86	50,75
Обед							
52	Салат из свеклы с чесноком (свекла отварная,чеснок,масло растительное,соль йодированная)	65	6,34	0,73	3,05	4,25	47,26
88	Щи из свежей капусты и картофеля на бульоне из мяса цыплят, со сметаной, зеленью	200/15/10/1	20,24	6,83	11,73	7,81	129,29
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
302	Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, сл. масло, йодир. соль)	160	18,66	9,62	7,13	45,53	276,46
377	Чай фруктовый (с/м смородина) (чай черный, сахар, смородина св./мор.)	200	5,00	0,16	0,05	10,45	43,30
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный	30/20	4,10	3,75	0,61	22,42	110,40
	Итого:	791	94,94	30,16	28,69	89,63	695,22
	Всего:	1391	162,74	48,28	48,76	175,88	1 296,95
Дополнительная витаминизация							
ПР	Сыр плавленый ломтевой сливочный	18	18,01	1,75	4,73	0,86	50,75

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

Александр Александрович

Утверждено

МУП "Школьное питание" г.о. Жигулевск

Директор С.А. Кустова

Согласовано
ГБОУ С (О)ОШ № 10

Директор Ильин

Меню на "04" мая 2023г
Возрастная категория с 12 лет и старше

9 день цикла меню (аллергия на рыбу)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
Завтрак							
295/331	Котлеты рубленые из цыплят с соусом сметанным с ТОМАТОМ (мясо кур., пшен. хлеб, молоко 2,5 %, пшен. сухари, раст.масло, йодиди сол сметана 15% томат пюре мука пшеничная)	70/50	52,80	12,38	14,31	12,82	230,18
309	Макаронные изделия отварные (макароны из пшен.муки, слив.масло 72%, йодиди.соль)	150	11,00	5,80	5,01	24,00	205,10
376	Чай с сахаром (чай черный, сахар)	200	4,00	0,10	0,03	10,01	40,66
ПР	Десерт фруктовый(яблоко)	100	10,00	0,40	0,40	9,80	47,00
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный	30/25	4,60	4,05	0,66	24,64	120,90
	Итого:	625	82,40	22,73	20,41	81,27	643,84
Обед							
52	Салат из свеклы с чесноком (свекла отварная,чеснок,масло растительное,соль йодированная)	60	6,00	0,73	3,05	4,25	47,26
88	Щи из свежей капусты и картофеля на бульоне из мяса цыплят, со сметаной, зеленью (б/к капуста, томат пюре, морк., лук репч.,мясо кур.,масло растит., сметана 15%, укроп зелень, йодиди. соль)	250/15/10/1	21,60	7,47	13,6	9,69	147,43
260	Гуляш из ГОВЯДИНЫ(мякоть говядины,лук репчатый,томатное пюре,мука пшеничная,масло растительное)	30/50	39,00	9,70	8,17	2,85	123,97
302	Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, сл. масло, йодиди. соль)	150	18,00	9,02	6,69	40,81	259,18
377	Чай фруктовый (с/м смородина) (чай черный, сахар, смородина св./мор.)	200	5,00	0,16	0,05	10,45	43,30
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный	30/20	4,10	3,75	0,61	22,42	110,40
	Итого:	816	93,70	30,10	29,12	86,22	684,28
	Всего:	1441	176,10	52,83	49,53	167,49	1 328,12

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

Ильин ; Саварина А.И.

Утверждаю

МУП "Школьное питание" г.о. Жигаревск
 Директор С.А. Кустова

Согласовано
 ГБОУ СО(О)ОШ № 10
 Директор Иванов

Меню на "04" мая 2023г

Возрастная категория с 7 до 11 лет

9 день цикл. меню (молочный белок)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
Завтрак							
295/540	Котлеты рубленые из цыплят с соусом красным ОСНОВНЫМ (мясо кур., пшен. хлеб, пшен. сухари, раст. масло, йодир. сол. томат. пюре, мука пшеничная)	60/50	36,60	8,93	14,16	11,48	209,75
309	Макаронные изделия отварные с растительным МАСЛОМ (макароны из пшен. муки, масло растит., йодир. соль)	150	14,00	5,41	4,68	34,58	202,27
376	Чай с сахаром (чай черный, сахар)	200	4,00	0,10	0,03	10,01	40,66
ПР	Десерт фруктовый (яблоко)	100	10,00	0,40	0,40	9,80	47,00
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный	20/20	3,20	2,89	0,47	17,91	87,60
	Итого:	600	67,80	17,73	19,74	83,78	587,28
Дополнительная витаминизация							
ПР	Сыр плавленый ломтевой сливочный	18	18,01	1,75	4,73	0,86	50,75
Обед							
52	Салат из свеклы с чесноком (свекла отварная, чеснок, масло растительное, соль йодированная)	65	6,34	0,73	3,05	4,25	47,26
88	Щи из свежей капусты и картофеля на бульоне из мяса цыплят, зеленью (б/к капуста, томат. пюре, морк., лук репч., мясо)	200/15/1	20,24	6,83	11,73	7,81	129,29
260	Гуляш из ГОВЯДИНЫ (мясо говядины, лук репчатый, томат паста, соль йодированная, мука пшеничная, масло растительное)	30/60	40,60	9,80	9,17	3,42	135,77
302	Каша гречневая рассыпчатая с растительным МАСЛОМ (крупа гречневая, растительное. масло, йодир. соль)	160	18,66	9,62	7,13	45,53	276,46
377	Чай фруктовый (с/м смородина) (чай черный, сахар, смородина св./мор.)	200	5,00	0,16	0,05	10,45	43,30
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный	30/20	4,10	3,75	0,61	22,42	110,40
	Итого:	781	94,94	30,89	31,74	93,88	742,48
	Всего:	1381	162,74	48,62	51,48	177,66	1 329,76
Дополнительная витаминизация							
ПР	Сыр плавленый ломтевой сливочный	18	18,01	1,75	4,73	0,86	50,75

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством Иванов