

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

Согласовано
 ГБОУ С (О)ОШ № 10

Директор Ильин

Меню на "06" февраля 2023г

Возрастная категория с 7 до 11 лет

11 день цикла меню (аллергия на рыбу)

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход, г | Цена, руб | Химический состав | | | |
|----------------|--|-------------|---------------|-------------------|--------------|---------------|----------------|
| | | | | белки, г | жиры, г | углеводы, г | ЭЦ, ккал |
| Завтрак | | | | | | | |
| 45 | Салат из квашеной капусты с кукурузой (капуста б/к, морковь, масло растительное, соль йодированная, кукуруза консервированная) | 60 | 9,00 | 1,44 | 3,34 | 8,97 | 72,18 |
| 293/540 | Цыпленка порциями в соусе красном основном (цыпленка порц., морковь, лук репчатый, томатное пюре, мука пшенич., йодир. соль) | 70/30 | 38,60 | 8,90 | 10,71 | 1,60 | 167,90 |
| 309 | Макаронные изделия отварные (макаронные изделия из пшен. муки, слив. масло 72%, йодир. соль) | 150 | 11,00 | 5,80 | 5,01 | 37,05 | 216,72 |
| 377 | Чай с лимоном (чай черный, сахар, лимон св.) | 200 | 6,00 | 0,16 | 0,03 | 10,22 | 43,04 |
| ПР | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.) | 20/20 | 3,20 | 2,89 | 0,47 | 17,91 | 87,60 |
| | Итого: | 550 | 67,80 | 19,19 | 19,56 | 75,75 | 587,44 |
| Обед | | | | | | | |
| 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 зелень) | 200/15/10/1 | 21,84 | 2,71 | 7,40 | 3,20 | 105,30 |
| 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) | 65/50 | 35,00 | 6,90 | 8,10 | 10,79 | 130,10 |
| 302 | Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, сл. масло, йодир. соль) | 150 | 18,00 | 9,02 | 6,69 | 40,81 | 259,18 |
| 377 | Чай фруктовый (ассорти) (вишня с/м, смородина с/м, сахар, чай черный) | 200 | 6,00 | 0,15 | 0,05 | 10,38 | 42,86 |
| ПР | Булочка Десертная (мука пшеничная, соль йодированная, дрожжи хлебопекарные, сахар) | 50 | 10,00 | 4,20 | 4,35 | 29,60 | 174,05 |
| ПР | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.) | 30/20 | 4,10 | 3,75 | 0,61 | 22,42 | 110,40 |
| | Итого: | 791 | 94,94 | 26,73 | 27,20 | 117,20 | 821,89 |
| | Всего: | 1341 | 162,74 | 45,92 | 46,76 | 192,95 | 1409,33 |

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

Ильин

Ильин

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

Согласовано
 ГБОУ С (О)ОШ № 10
 Директор Ильин

Меню на "06" февраля 2023г
 Возрастная категория с 12 лет и старше

11 день цикл. меню (аллергия на рыбу)

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход, г | Цена, руб | Химический состав | | | |
|----------------|---|-------------|---------------|-------------------|--------------|---------------|----------------|
| | | | | белки, г | жиры, г | углеводы, г | ЭЦ, ккал |
| Завтрак | | | | | | | |
| 45 | Салат из б/к капусты с кукурузой (капуста б/к, морковь, масло растительное, соль йодированная, кукуруза консервированная) | 60 | 9,00 | 1,44 | 3,34 | 8,97 | 72,18 |
| 293/540 | Цыплята порциями в соусе красном основном (цыплята порц., морковь, лук репчатый, томатное пюре, мука) | 80/30 | 51,80 | 21,76 | 24,47 | 2,15 | 316,55 |
| 309 | Макаронные изделия отварные (макаронные изделия из пшен. муки, слив. масло 72%, йодир. соль) | 150 | 11,00 | 5,80 | 5,01 | 37,05 | 216,72 |
| 377 | Чай с лимоном (чай черный, сахар, лимон св.) | 200 | 6,00 | 0,16 | 0,03 | 10,22 | 43,04 |
| ПР | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный | 30/25 | 4,60 | 4,05 | 0,66 | 24,64 | 120,90 |
| | Итого: | 575 | 82,40 | 33,21 | 33,51 | 83,03 | 769,39 |
| Обед | | | | | | | |
| 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) | 250/15/10/1 | 22,60 | 6,09 | 9,44 | 12,84 | 161,43 |
| 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 | 6,90 | 8,10 | 10,79 | 130,10 |
| 302 | Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, сл. масло, йодир. соль) | 150 | 18,00 | 9,02 | 6,69 | 40,81 | 259,18 |
| 377 | Чай фруктовый (ассорти) (вишня с/м, смородина с/м, сахар, чай черный) | 200 | 6,00 | 0,15 | 0,05 | 10,38 | 42,86 |
| ПР | Булочка Десертная (мука пшеничная, соль йодированная, дрожжи хлебопекарные, сахар) | 50 | 10,00 | 4,20 | 4,35 | 29,60 | 174,05 |
| ПР | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный | 30/20 | 4,10 | 3,75 | 0,61 | 22,42 | 110,40 |
| | Итого: | 821 | 93,70 | 30,11 | 29,24 | 126,84 | 878,02 |
| | Всего: | 1396 | 176,10 | 63,32 | 62,75 | 209,87 | 1647,41 |

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством _____

Ильин , *Ильин*

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

Согласовано
 ГБОУ С (О)ОШ № 10
 Директор Илеф

Меню на "06" февраля 2023г
 Возрастная категория с 7 до 11 лет

11 день цикла меню (молочный белок)

| № рецептур | Наименование блюда | Выход, г | Цена, руб | Химический состав | | | |
|----------------|---|-------------|---------------|-------------------|--------------|---------------|----------------|
| | | | | белки, г | жиры, г | углеводы, г | ЭЦ, ккал |
| Завтрак | | | | | | | |
| 45 | Салат из б/к капусты с кукурузой (капуста б/к, морковь, масло растительное, соль йодированная, кукуруза консервированная) | 60 | 9,00 | 1,44 | 3,34 | 8,97 | 72,18 |
| 293/540 | Цыпленка порциями в соусе красном основном (цыпленка порц., морковь, лук репчатый, томатное пюре, мука пшенич., йодир. соль) | 70/30 | 38,60 | 8,90 | 10,71 | 1,60 | 167,90 |
| 309 | Макаронные изделия отварные с растительным маслом (макароны из пшен. муки, масло растит., йодир. соль) | 150 | 11,00 | 5,80 | 5,01 | 37,05 | 216,72 |
| 377 | Чай с лимоном (чай черный, сахар, лимон св.) | 200 | 6,00 | 0,16 | 0,03 | 10,22 | 43,04 |
| ПР | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.) | 20/20 | 3,20 | 2,89 | 0,47 | 17,91 | 87,60 |
| | Итого: | 550 | 67,80 | 19,19 | 19,56 | 75,75 | 587,44 |
| Обед | | | | | | | |
| 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) | 200/15/10/1 | 21,84 | 2,71 | 7,40 | 3,20 | 105,30 |
| ПР/540 | Тефтели из индейки с соусом красным основным (мясо индейки, крупа рисовая, яйцо кур., соус- томат. пюре, мука пшенич., йодир. соль) | 65/50 | 35,00 | 6,90 | 8,10 | 10,79 | 130,10 |
| 303 | Каша гречневая вязкая с маслом растительным (крупа гречка, растит. масло, йодир. соль) | 150 | 18,00 | 8,37 | 8,42 | 37,07 | 258,75 |
| 377 | Чай фруктовый (ассорти) (вишня с/м, смородина с/м, сахар, чай черный) | 200 | 6,00 | 0,15 | 0,05 | 10,38 | 42,86 |
| ПР | Булочка Десертная (мука пшеничная, соль йодированная, дрожжи хлебопекарные, сахар) | 50 | 10,00 | 4,20 | 4,35 | 29,60 | 174,05 |
| ПР | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный | 30/20 | 4,10 | 3,75 | 0,61 | 22,42 | 110,40 |
| | Итого: | 791 | 94,94 | 26,08 | 28,93 | 113,46 | 821,46 |
| | Всего: | 1341 | 162,74 | 45,27 | 48,49 | 189,21 | 1408,90 |

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

Илеф Илеф