

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

Меню на "25" января 2023г

Согласовано
 ГБОУ С (О)ОШ № 10
 Директор *Иль*

3 день цикл. меню

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

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
Завтрак							
67	Винегрет овощной (свекла отварная, морковь отварная, горошек консервированный, масло растительное, соль йодированная, картофель отварной)	60	10,00	0,87	6,10	8,59	75,37
260	Гуляш из ГОВЯДИНЫ (мясо говядины, лук репчатый, томатное пюре, соль йодированная, мука пшеничная, масло растительное)	30/60	40,60	9,84	6,18	3,70	110,14
303	Каша гречневая вязкая (крупа гречневая, соль йодированная, масло сливочное)	150	9,00	4,36	5,50	25,66	145,43
377	Чай фруктовый (с/м смородина) (чай черный, сахар, смородина св./мор.)	200	5,00	0,16	0,05	15,44	63,25
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный	20/20	3,20	2,89	0,47	17,91	87,60
	Итого:	540	67,80	18,12	18,30	71,30	481,79
Обед							
183/184	Борщ "Украинский" с пампушками (б/к капуста, картоф., морковь, свекла, лук репч., перец сладкий, мясо птицы, томат пюре, сметана 15 %, укроп зелень, йодир. соль, сахар, к-та лимон., мука пшенич., чеснок, яйцо курин.)	200/20/15/10/1	26,84	5,23	10,02	26,53	215,86
289	Рагу из цыплят (картофель, цыплята, морковь, лук репч., томат. пюре, раст. масло, мука пшеничн., йодир. соль)	50/150	42,00	13,33	12,18	19,44	280,70
388	Напиток из плодов шиповника (плоды шиповника суш., сахар, лимон. кисл.)	200	12,00	0,00	0,00	9,98	39,90
ПР	Десерт фруктовый(яблоко)	100	10,00	0,40	0,40	9,80	47,00
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный	30/20	4,10	3,75	0,61	22,42	110,40
	Итого:	796	94,94	22,71	23,21	88,17	693,86
	Всего:	1336	162,74	40,83	41,51	159,47	1175,65

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством _____

Иль , *Мещеряков*

Утверждаю

МУП "Школьное питание" г.о. Жигулевск

Директор С.А. Кустова

Меню на "25" января 2023г

Возрастная категория с 12 лет и старше

Согласовано
ГБОУ С (О) ОШ № 10
Директор *Ильин*

3 день цикл. меню

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
Завтрак							
67	Винегрет овощной (свекла отварная, морковь отварная, горошек консервированный, масло растительное, соль йодированная, картофель отварной)	60	10,00	0,87	6,10	8,59	75,37
260	Гуляш из говядины (мясо говядины, лук репчатый, томатное пюре, соль йодированная, мука пшеничная, масло растительное)	40/30	53,80	12,56	7,19	1,71	122,00
303	Каша гречневая вязкая (крупа гречневая, соль йодированная, масло сливочное)	150	9,00	4,36	5,50	25,66	145,43
377	Чай фруктовый (с/м смородина) (чай черный, сахар, смородина св./мор.)	200	5,00	0,16	0,05	15,44	63,25
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный	30/25	4,60	4,05	0,66	24,64	120,90
	Итого:	535	82,40	22,00	19,50	76,04	526,95
Обед							
183/184	Борщ "Украинский" с пампушками (б/к капуста, картоф., морковь, свекла, лук репч., перец сладкий, мясо птицы,	250/20/15/10/1	27,60	10,04	14,8	30,39	256,96
289	Рагу из цыплят (картофель, цыплята, морковь, лук репч., томат. пюре, раст. масло, мука пшеничн., йодир. соль)	50/140	40,00	13,33	12,18	19,44	280,70
388	Напиток из плодов шиповника (плоды шиповника суш., сахар, лимон. кисл.)	200	12,00	0,00	0,00	9,98	39,90
ПР	Десерт фруктовый (яблоко)	100	10,00	0,40	0,40	9,80	47,00
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный	30/20	4,10	3,75	0,61	22,42	110,40
	Итого:	836	93,70	27,52	27,99	92,03	734,96
	Всего:	1371	176,10	49,52	47,49	168,07	1261,91

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

Ильин

Ильин

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

3 день **цикл. меню**

Меню на "25" января 2023г
 Возрастная категория с 7 до 11 лет

Согласовано
 ГБОУ С (О)ОШ № 10
 Директор Мель

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
Завтрак							
67	Винегрет овощной (свекла отварная, морковь отварная, горошек консервированный, масло растительное, соль)	60	10,00	0,87	6,10	8,59	75,37
260	Гуляш из говядины (мясо говядины, лук репчатый, томатное пюре, соль йодированная, мука пшеничная, масло растительное)	30/60	40,60	9,84	6,18	3,70	110,14
303	Каша гречневая вязкая (крупа гречневая, соль йодированная, масло сливочное)	150	9,00	4,36	5,50	25,66	145,43
377	Чай фруктовый (с/м смородина) (чай черный, сахар, смородина св./мор.)	200	5,00	0,16	0,05	15,44	63,25
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	20/20	3,20	2,89	0,47	17,91	87,60
	Итого:	540	67,80	18,12	18,30	71,30	481,79
Обед							
183/184	Борщ "Украинский" с пампушками (б/к капуста, картоф., морковь, свекла, лук репч., перец сладкий, мясо птицы, томат.пюре, сметана 15 %, укроп зелень, йодир. соль, сахар, к-та лимон., мука пшенич., чеснок, яйцо курин.)	200/20/15/10/1	26,84	5,23	10,02	26,53	215,86
289	Рагу из цыплят (картофель, цыплята, морковь, лук репч., томат. пюре, раст. масло, мука пшенич., йодир. соль)	50/150	42,00	13,33	12,18	19,44	280,70
388	Напиток из плодов шиповника (плоды шиповника суш., сахар, лимон. кисл.)	200	12,00	0,00	0,00	9,98	39,90
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.)	30/20	4,10	3,75	0,61	22,42	110,40
	Итого:	796	94,94	22,71	23,21	88,17	693,86
	Всего:	1336	162,74	40,83	41,51	159,47	1175,65

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством _____

Мель / Мель

Утверждаю

МУП "Школьное питание" г.о. Жигулевск

Директор С.А. Кустова

Меню на "25" января 2023г

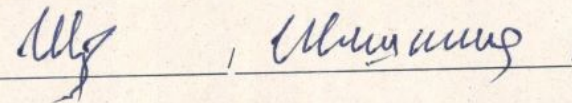
Возрастная категория с 12 лет и старше (детям мобилизованных лиц)

3 день цикл. меню

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
Завтрак							
67	Винегрет овощной (свекла отварная, морковь отварная, горошек консервированный, масло растительное, соль)	40	6,46	0,58	4,09	5,75	50,50
260	Гуляш из говядины (мясо говядины, лук репчатый, томатное пюре, соль йодированная, мука пшеничная, масло растительное)	40/30	53,80	12,56	7,19	1,71	122,00
303	Каша гречневая вязкая (крупа гречневая, соль йодированная, масло сливочное)	150	9,00	4,36	5,50	25,66	145,43
377	Чай фруктовый (с/м смородина) (чай черный, сахар, смородина св./мор.)	200	5,00	0,16	0,05	15,44	63,25
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/25	4,60	4,05	0,66	24,64	120,90
	Итого:	515	78,86	21,71	17,49	73,20	502,08
Обед							
183/184	Борщ "Украинский" с пампушками (б/к капуста, картоф., морковь, свекла, лук репч., перец сладкий, мясо птицы, томат пюре, сметана 15 %, укроп зелень, йодир. соль, сахар, к-та лимон., мука)	250/20/15/10/1	27,60	10,04	14,8	30,39	256,96
289	Рагу из цыплят (картофель, цыплята, морковь, лук репч., томат. пюре, раст. масло, мука пшеничн., йодир. соль)	50/140	40,00	13,33	12,18	19,44	280,70
388	Напиток из плодов шиповника (плоды шиповника суш., сахар, лимон. кисл.)	200	12,00	0,00	0,00	9,98	39,90
ПР	Десерт фруктовый (яблоко)	100	10,00	0,40	0,40	9,80	47,00
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный	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
	Итого:	1036	110,42	27,52	27,99	92,03	734,96
	Всего:	1551	189,28	49,23	45,48	165,23	1237,04

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством



Утверждаю

Согласовано

МУП "Школьное питание" г.о. Жигулевск

Директор С.А. Кустова

Меню на "25" января 2023г

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



3 день цикл. меню

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
<i>Обед</i>							
183/184	Борщ "Украинский" с пампушками (б/к капуста, картофель, морковь, свекла, лук репч., перец сладкий, мясо птицы, томат. пюре, сметана 15 %, укроп зелень, йодир. соль, сахар, к-та лимон., мука пшенич., чеснок, яйцо курин.)	200/20/15/10/1	26,84	5,23	10,02	26,53	215,86
289	Рагу из ЦЫПЛЯТ (картофель, цыплята, морковь, лук репч., томат. пюре, раст. масло, мука пшеничн., йодир. соль)	40/140	35,26	13,33	12,18	19,44	280,70
388	Напиток из плодов шиповника (плоды шиповника суш., сахар, лимон. кисл.)	200	12,00	0,00	0,00	9,98	39,90
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.)	20/15	2,30	2,60	0,42	15,69	77,10
	Итого:	761	86,40	21,56	23,02	81,44	660,56

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

S.S.S., *Шиманова*