

ООО «Школьное питание г.о.Жигулевск»
 Директор _____ С.А.Кустова

Меню на "10" октября 2024г
 Возрастная категория с 7 до 11 лет

ГБОУ СОШ № _____
 Директор _____



9 день цикла. Меню (аллергия на рыбу)

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход, г | Цена, руб | Химический состав | | | |
|----------------|--|-------------|---------------|-------------------|--------------|---------------|-----------------|
| | | | | белки, г | жиры, г | углеводы, г | ЭЦ, ккал |
| <i>Завтрак</i> | | | | | | | |
| 71 | Огурец свежий порциями | 60 | 13,00 | 0,48 | 0,06 | 1,5 | 8,4 |
| 265 | Плов из свинины (свинина мякоть, крупа рис., лук репч. морковь, томат., раст. масло, йодир. Соль) | 40/160 | 44,38 | 16,29 | 12,35 | 42,78 | 347,82 |
| 389 | Сок фруктовый (в ассортименте) | 200 | 14,00 | 0,20 | 0,26 | 22,60 | 92,00 |
| ПР | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.) | 20/20 | 3,20 | 2,89 | 0,47 | 17,91 | 87,60 |
| | Итого: | 500 | 74,58 | 19,86 | 13,14 | 84,79 | 535,82 |
| <i>Обед</i> | | | | | | | |
| 24 | Салат из помидоров и огурцов (помидор св.,огурец св.,лук репчатый,масло раст.,соль йодир.) | 60 | 12,00 | 0,5 | 3,69 | 2,21 | 45,17 |
| 101 | Суп картофельный с рисом на бульоне из мяса цыплят, зеленью (картофель п/ф., крупа рис., морк., лук репч., мясо кур, масло раст., укроп зелень, йодир. соль) | 200/15/1 | 24,95 | 5,82 | 5,82 | 14,06 | 132,23 |
| 298/331 | Куриные шарики с сыром с соусом сметанным с томатом (мясо цыплят, сметана 155, томат пюре, сыр, соль йод., масло раст., хлеб пшеничный) | 60/30 | 40,38 | 11,39 | 15,04 | 9,00 | 217,98 |
| 302 | Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, соль йодированная, масло сливочное) | 150 | 15,00 | 9,02 | 6,69 | 40,81 | 259,18 |
| 349 | Компот из смеси сухофруктов (смесь сухофруктов, сахар, лимон. кислота) | 200 | 8,00 | 0,00 | 0,00 | 19,98 | 79,87 |
| ПР | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.) | 30/20 | 4,10 | 3,75 | 0,61 | 22,42 | 110,40 |
| | Итого: | 751 | 104,43 | 30,48 | 31,85 | 108,48 | 844,83 |
| | Всего: | 1251 | 179,01 | 50,34 | 44,99 | 193,27 | 1 380,65 |

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством _____

С.А. Кустова

Утверждаю
 ООО «Школьное питание г.о.Жигулевск»
 Директор С.А.Кустова

Согласовано
 ГБОУ СО(О)Ш № 10
 Директор

Меню на "10" октября 2024г
 Возрастная категория с 12 лет и старше

9 день цикл. меню (аллергия на рыбу)

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход, г | Цена, руб | Химический состав | | | |
|----------------|--|-------------|---------------|-------------------|--------------|---------------|----------------|
| | | | | белки, г | жиры, г | углеводы, г | ЭЦ, ккал |
| Завтрак | | | | | | | |
| 71 | Огурец свежий порциями | 30 | 5,52 | 0,24 | 0,03 | 0,75 | 4,2 |
| 265 | Плов из свинины (свинина мякоть, крупа рис., лук репч.морковь, томат., раст. масло, йодир. соль) | 45/160 | 53,48 | 17,51 | 12,29 | 40,10 | 341,33 |
| ПР | Десерт фруктовый(яблоко) | 100 | 13,00 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 |
| 389 | Сок фруктовый (в ассортименте) | 200 | 14,00 | 0,20 | 0,26 | 22,60 | 92,00 |
| ПР | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.) | 30/25 | 4,60 | 4,05 | 0,66 | 24,64 | 120,9 |
| | Итого: | 590 | 90,60 | 22,40 | 13,64 | 97,89 | 605,43 |
| Обед | | | | | | | |
| 24 | Салат из помидоров и огурцов (помидор св.,огурец св.,лук репчатый,масло раст.,соль йодир.) | 35 | 5,35 | 0,34 | 2,15 | 1,29 | 26,35 |
| 101 | Суп картофельный с рисом на бульоне из мяса цыплят, зеленью (картофель п/ф., крупа рис., морк., лук репч., мясо кур, масло раст., укроп зелень, йодир. соль) | 250/15/1 | 25,85 | 6,25 | 6,39 | 17,54 | 153,13 |
| 298/331 | Куриные шарики с сыром с соусом сметанным с томатом (мясо цыплят,сметана 155,томат пюре,сыр,соль йод.,масло раст.,хлеб пшеничный) | 70/50 | 55,00 | 12,97 | 16,82 | 10,01 | 244,45 |
| 302 | Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая,соль йодированная,масло сливочное) | 150 | 15,00 | 9,02 | 6,69 | 40,81 | 259,18 |
| 349 | Компот из смеси сухофруктов (смесь сухофруктов, сахар, лимон. кислота) | 200 | 8,00 | 0,00 | 0,00 | 19,98 | 79,87 |
| ПР | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.) | 30/20 | 4,10 | 3,75 | 0,61 | 22,42 | 110,40 |
| | Итого: | 821 | 113,30 | 32,33 | 32,66 | 112,05 | 873,38 |
| | Всего: | 1411 | 203,90 | 54,73 | 46,30 | 209,94 | 1478,81 |

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

И.И. Матвиенко

Утверждаю

ООО "Школьное питание г.в. Жигулевск"

Директор С.А.Кустова

Меню на "10" октября 2024г

Возрастная категория с 7 до 11 лет

Сотласовано

Директор

9 день цикл. меню (молочный белок)

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход, г | Цена, руб | Химический состав | | | |
|-------------|---|-------------|---------------|-------------------|--------------|---------------|-----------------|
| | | | | белки, г | жиры, г | углеводы, г | ЭЦ, ккал |
| | Завтрак | | | | | | |
| 71 | Огурец свежий порциями | 60 | 13,00 | 0,48 | 0,06 | 1,5 | 8,4 |
| 265/2011 | Плов из свинины (свинина мякоть, крупа рис., лук репч. морковь, томат., раст. масло, йодир. Соль) | 40/160 | 44,38 | 16,29 | 12,35 | 42,78 | 347,82 |
| 389 | Сок фруктовый (в ассортименте) | 200 | 14,00 | 0,20 | 0,26 | 22,60 | 92,00 |
| ПР | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.) | 20/20 | 3,20 | 2,89 | 0,47 | 17,91 | 87,60 |
| | Итого: | 500 | 74,58 | 19,86 | 13,14 | 84,79 | 535,82 |
| | Обед | | | | | | |
| 24 | Салат из помидоров и огурцов (помидор св.,огурец св.,лук репчатый,масло раст.,соль йодир.) | 60 | 12,00 | 0,5 | 3,69 | 2,21 | 45,17 |
| 106 | Суп картофельный с рыбными консервами (картофель, морковь, лук репч., крупа, раст. масло, укроп зелень, консервы рыбные, йодир. соль) | 200/1 | 23,95 | 1,75 | 2,31 | 14,06 | 128,03 |
| 298/540 | Куриные шарики с соусом красным основным (мясо цыплят, томат пюре, соль йод., масло раст., хлеб пшеничный) | 60/30 | 40,38 | 11,39 | 15,04 | 9,00 | 217,98 |
| 302/2011 | Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, соль йодированная, масло растит.) | 150 | 15,00 | 9,02 | 6,69 | 40,81 | 259,18 |
| 349 | Компот из смеси сухофруктов (смесь сухофруктов, сахар, лимон. Кислота) | 200 | 8,00 | 0,00 | 0,00 | 19,98 | 79,87 |
| ПР | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.) | 30/20 | 4,10 | 3,75 | 0,61 | 22,42 | 110,40 |
| | Итого: | 751 | 103,43 | 26,41 | 28,34 | 108,48 | 840,63 |
| | Всего: | 1251 | 178,01 | 46,27 | 41,48 | 193,27 | 1 376,45 |

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

ак *Метелица*