

ООО «Школьное питание г.о. Жигулевск»

Директор С.А.Кустова

Согласовано

ГБОУ С (О)ОШ № 10

Директор Или

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

7 день цикл меню (аллергия на рыбу)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
<b>Завтрак</b>							
174	Каша вязкая молочная рисовая (крупа рисовая, молоко 2,5 %, слив. масло 72%, сахар, йодир. соль.)	185/10	33,00	4,54	10,98	31,90	239,77
ПР/ПР	Сырники творожные со сгущенным молоком (творог, яйцо, сахар, масло растительное, молоко сгущенное)	45/20	33,28	9,49	8,02	14,79	169,57
376	Чай с сахаром (чай черный, сахар)	200	4,00	0,10	0,03	10,01	40,66
ПР	Батон особый (мука пшеничная, дрожжи, раст. масло, сахар, йодир. соль)	40	4,30	3,08	1,32	19,92	104,80
	<b>Итого:</b>	<b>500</b>	<b>74,58</b>	<b>17,21</b>	<b>20,35</b>	<b>76,62</b>	<b>554,80</b>
<b>Обед</b>							
102	Суп картофельный с бобовыми (горох) на бульоне из мяса цыплят, зеленью (св. картофель, горох лущеный, морковь, лук репч., раст. масло, мясо цыплят, укроп зелень, йодир. соль)	200/15/1	31,01	8,82	7,95	15,53	221,33
256	Мясо тушеное (свинина) (мякоть свинина, лук репч., морковь, томат. пюре, раст. масло, йодир. соль)	45/30	41,32	13,70	7,28	1,39	188,74
312	Картофельное пюре (картофель, молоко 2,5%, слив. масло 72%, йодир. соль)	150	22,00	3,28	5,60	22,06	152,24
377	Чай фруктовый (с/м смородина) (чай черный, сахар, смородина св./мор.)	200	6,00	0,16	0,05	10,45	43,30
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>706</b>	<b>104,43</b>	<b>29,71</b>	<b>21,49</b>	<b>71,85</b>	<b>716,01</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1206</b>	<b>179,01</b>	<b>46,92</b>	<b>41,84</b>	<b>148,47</b>	<b>1270,81</b>

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством И.И. Максимова



Утверждаю

ООО «Школьное питание г.о.Жигулевск»

Директор С.А.Кустова



Согласовано

ГБОУ С (О)ОШ № 10

Директор



Меню на "10" декабря 2024г

Возрастная категория с 12 лет и старше

7 день цикл. меню (аллергия на рыбу)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
<b>Завтрак</b>							
174	Каша вязкая молочная рисовая(крупа рисовая, молоко 2,5 %, слив. масло 72%, сахар, йодир. соль.)	225/10	45,00	6,07	11,64	46,75	316,76
ПР/ПР	Сырники творожные со сгущенным молоком (творог, яйцо, сахар, масло растительное.,молоко сгущеное)	45/30	37,30	10,21	8,87	20,34	202,37
376	Чай с сахаром ( чай черный, сахар)	200	4,00	0,10	0,03	10,01	40,66
ПР	Батон особый ( мука пшеничная, дрожжи, раст. масло, сахар, йодир. соль)	40	4,30	3,08	1,32	19,92	104,80
<b>Итого:</b>		<b>550</b>	<b>90,60</b>	<b>19,46</b>	<b>21,86</b>	<b>97,02</b>	<b>664,59</b>
<b>Обед</b>							
102	Суп картофельный с бобовыми (горох) на бульоне из мяса цыплят, зеленью (св. картофель, горох лущеный, морковь, лук репч., раст. масло, мясо цыплят, укроп зелень, йодир. соль)	250/15/1	32,88	10	9,06	19,39	199,51
256	Мясо тушеное (свинина) (мякоть свинина, лук репч.,морковь, томат. пюре, раст. масло, йодир.соль)	45/30	41,32	13,70	7,28	1,39	188,74
312	Картофельное пюре(картофель,молоко 2,5%,слив.масло 72%,йодир.соль)	200	29,00	4,45	7,12	27,94	192,66
377	Чай фруктовый (с/м смородина) (чай черный, сахар, смородина св./мор.)	200	6,00	0,16	0,05	10,45	43,30
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>806</b>	<b>113,30</b>	<b>32,06</b>	<b>24,12</b>	<b>81,59</b>	<b>734,61</b>
<b>Всего:</b>		<b>1356</b>	<b>203,90</b>	<b>51,52</b>	<b>45,98</b>	<b>178,61</b>	<b>1 399,20</b>

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

*И. И. Матвиенко*



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

Согласовано  
 ГБОУ С (О)ОШ № 10  
 Директор

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

7 день цикла, меню (молочный белок)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
<b>Завтрак</b>							
304	Рис отварной с маслом растительным (крупа рисовая, растит. масло., йодир. соль)	150	23,50	3,81	6,11	40,01	230,31
288/540	Цыплята отварные с соусом красным основным (цыпленок, соль йодированная, )	70/30	42,78	15,48	10,45	2,09	165,59
376	Чай с сахаром (чай черный, сахар)	200	4,00	0,10	0,03	10,01	40,66
ПР	Батон особый (мука пшеничная, дрожжи, раст. масло, сахар, йодир. соль)	40	4,30	3,08	1,32	19,92	104,80
	<b>Итого:</b>	<b>530</b>	<b>74,58</b>	<b>22,47</b>	<b>17,91</b>	<b>72,03</b>	<b>541,36</b>
<b>Обед</b>							
102	Суп картофельный с бобовыми (горох) на бульоне из мяса цыплят, зеленью (св. картофель, горох лущеный, морковь, лук репч., раст. масло, мясо цыплят, укроп зелень, йодир. соль)	200/15/1	31,01	8,82	7,95	15,53	196,33
98.06/540	Котлета мясо-рыбная "Веста" с соусом красным (филе цыпленка, филе минтая, морковь, лук репч., хлеб пшен., раст. масло томатное пюре, мука пшен.)	60/30	41,32	5,23	4,11	8,87	182,80
310	Картофель отварной с растительным маслом, зеленью (картофель, масло растит., соль йодир., зелень)	150	22,00	3,28	5,60	22,06	152,24
377	Чай фруктовый (с/м смородина) (чай черный, сахар, смородина св./мор.)	200	6,00	0,16	0,05	10,45	43,30
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>806</b>	<b>104,43</b>	<b>21,24</b>	<b>18,32</b>	<b>79,33</b>	<b>685,07</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1336</b>	<b>179,01</b>	<b>43,71</b>	<b>36,23</b>	<b>151,36</b>	<b>1226,43</b>

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

*С.А. Кустова*