

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

Согласовано
 ГБОУ С (О)ОШ № 10
 Директор Менделеева

Меню на «18» декабря 2024г
 Возрастная категория с 7 до 11 лет

3 день цикл. меню (аллергия на рыбу)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
Завтрак							
200	Пюре из гороха и картофеля	180	19,94	12,50	9,25	32,72	264,57
251	Грудка куриная (филе) тушеная с томатом и луком (мясо цыплят, томат-паста, лук репч. соль йод. масло раст.)	40/50	47,44	5,56	23,11	7,99	247,62
376	Чай с сахаром (чай черный, сахар)	200	4,00	0,10	0,03	10,01	40,66
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	20/20	3,20	2,89	0,47	17,91	87,60
Итого:		510	74,58	21,05	32,86	68,63	640,45
Обед							
183/184	Борщ "Украинский" с пампушками со сметаной (б/к капуста, картоф., морковь, свекла, лук репч., мясо птицы, томат.пюре, сметана 15 %, зелень, йодир. соль, сахар, к-та лимон., мука пшенич., чеснок, яйцо курин.)	200/20/15/10/1	29,95	9,23	13,02	26,53	229,86
279/540	Тефтели из цыплят с соусом красным основным (мясо цыплят, крупа рисовая, яйцо кур., лук репчатый, морковь, соль, томатное пюре, мало растительное, мука)	60/30	48,38	8,39	14,74	9,53	204,69
302	Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, соль йодированная, масло сливочное)	150	15,00	9,02	6,69	40,81	259,18
377	Чай с лимоном (чай черный, сахар, лимон св.)	200	7,00	0,16	0,03	10,22	43,04
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/20	4,10	3,75	0,61	22,42	110,40
Итого:		736	104,43	30,55	35,09	109,51	847,17
Всего:		1246	179,01	51,60	67,95	178,14	1487,62

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

Менделеева

Утверждаю

ООО «Школьное питание г.о. Жигулевск»

Директор С.А.Кустова

Согласовано

ГБОУ С (О)ОШ № 10

Директор *Иван*

Меню на «18» декабря 2024г

Возрастная категория с 12 лет и старше

3 день цикл. меню (аллергия на рыбу)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
Завтрак							
200	Пюре из гороха и картофеля	190	22,79	13,19	9,76	34,54	279,27
251	Грудка куриная (филе) тушеная с томатом и луком (мясо цыплят, томат-паста, лук репч. соль йод, масло раст.)	70/50	59,21	5,58	23,41	8,04	250,62
376	Чай с сахаром (чай черный, сахар)	200	4,00	0,10	0,03	10,01	40,66
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/25	4,60	4,05	0,66	24,64	120,9
	Итого:	565	90,60	22,92	33,86	77,23	691,45
Обед							
183/184	Борщ "Украинский" с пампушками со сметаной (б/к капуста, картоф., морковь, свекла, лук репч., мясо птицы, томат.пюре, сметана 15 %, зелень, йодир. соль, сахар, к-та лимон., мука пшенич., чеснок, яйцо курин.)	250/20/15/10/1	32,45	10,04	14,8	30,39	256,96
279/540	Тефтели из цыплят с соусом красным основным (мясо цыплят, крупа рисовая, яйцо кур., лук репчатый, морковь, соль, томатное пюре, мало растительное, мука)	60/50	52,75	8,54	13,27	11,25	199,11
302	Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, соль йодированная, масло сливочное)	170	17,00	10,23	7,58	46,25	293,74
377	Чай с лимоном (чай черный, сахар, лимон св.)	200	7,00	0,16	0,03	10,22	43,04
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/20	4,10	3,75	0,61	22,42	110,40
	Итого:	826	113,30	32,72	36,29	120,53	903,25
	Всего:	1391	203,90	55,64	70,15	197,76	1594,70

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

А. Максимов

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

Меню на "18" декабря 2024г
 Возрастная категория с 7 до 11 лет

ГБОУ С (О)ОШ № 10

Согласовано
 Директор 

3 день цикл. меню (молочный белок)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
Завтрак							
200	Пюре из гороха и картофеля	180	19,94	12,50	9,25	32,72	264,57
251	Грудка куриная (филе) тушеная с томатом и луком (мясо цыплят, томат-паста, лук репч. соль йод. масло раст)	40/50	47,44	5,56	23,11	7,99	247,62
376	Чай с сахаром (чай черный, сахар)	200	4,00	0,10	0,03	10,01	40,66
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	20/20	3,20	2,89	0,47	17,91	87,60
	Итого:	510	74,58	21,05	32,86	68,63	640,45
Обед							
183/184	Борщ "Украинский" с пампушками (б/к капуста, картоф., морковь, свекла, лук репч., мясо птицы, томат.пюре, зелень, йодир. соль, сахар, к-та лимон., мука пшенич., чеснок, яйцо курин.)	200/20/15/1	29,95	9,23	13,02	26,53	229,86
279/540	Тефтели из цыплят с соусом красным основным (мясо цыплят, крупа рисовая, яйцо кур., лук репчатый, морковь, соль, томатное пюре, мало растительное, мука)	60/30	48,38	8,39	14,74	9,53	204,69
302	Каша гречневая рассыпчатая с маслом растит (крупа гречневая, соль йодированная, масло растит.)	150	15,00	9,02	6,69	40,81	259,18
377	Чай с ЛИМОНОМ (чай черный, сахар, лимон св.)	200	7,00	0,16	0,03	10,22	43,04
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/20	4,10	3,75	0,61	22,42	110,40
	Итого:	736	104,43	30,55	35,09	109,51	847,17
	Всего:	1246	179,01	51,60	67,95	178,14	1487,62

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

