

Утверждаю
 МУП "Школьное питание" г.о.Жигулевск
 Директор _____ Т.П.Олисова

Согласовано
 ГБОУ С (О)ОШ № 7
 Директор _____

Меню на " 14 " апреля 2022г
 Возрастная категория с 7 до 11 лет (аллергия на куриный белок)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
Завтрак							
32	Овощи консервированные (огурец порционно) <small>(огурец, лимон. кисл., йодир соль)</small>	15	2,00	0,12	0,02	0,25	1,95
229	Рыба, тушеная в томате с овощами <small>(филе минтая, морковь, лук репч., томат паста, раст.масло)</small>	40/50	31,00	8,46	5,48	4,88	103,44
312	Картофельное пюре <small>(картофель, молоко 2,5 %, слив. масло 72%, йодир соль)</small>	140	22,00	3,00	4,80	20,00	137,00
376	Чай с сахаром <small>(чай черный, сахар)</small>	200	4,00	0,07	0,02	15,00	60,00
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный <small>(мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)</small>	20/20	3,20	2,90	0,82	17,90	89,00
дополнительная витаминизация							
ПР	Сыр плавленый ломтевой сливочный классич.	18	16,55	1,75	4,73	0,86	50,75
Итого:		503	78,75	16,30	15,87	58,89	442,14
Обед							
71	Овощи свежие (огурцы порционно)	15	4,00	0,10	0,00	0,38	2,00
103	Суп картофельный с вермишелью с зеленью <small>(картофель п/ф., макарон. издел., морк., лук репч., масло раст., укроп зелень, йодир соль)</small>	200	20,00	6,42	5,88	16,74	145,95
241/330	Говядина отварная в сметанном соусе <small>(говядина, сметана 15%, слив.масло 72%, йодир.соль)</small>	35/30	35,00	11,00	9,00	1,40	132,00
171	Каша перловая рассыпчатая <small>(крупа перловая, соль, масло слив.72%)</small>	150	9,00	5,00	5,00	33,00	197,00
377	Чай с лимоном <small>(чай черный, сахар, лимон св.)</small>	200	5,00	0,16	0,03	15,21	62,99
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный <small>(мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)</small>	30/20	4,10	3,49	0,88	22,00	109,00
дополнительная витаминизация							
ПР	Сок фруктовый в индивидуальной упаковке	200	16,55	1,00	0,20	20,20	86,60
Итого:		925	93,65	26,78	24,18	116,19	790,99
Всего:		1428	172,40	43,08	40,05	175,08	1233,13


Продукты не содержат ГМО

Утверждаю

МУП "Школьное питание" г.о.Жигулевск

Директор  Т.П.Олисова

Меню на " 14 " апреля 2022г

ГБОУ С (О)ОШ №  45

Директор 

Возрастная категория с 12 лет и старше (аллергия на куриный белок)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
Завтрак							
32	Овощи консервированные (огурец порционный) <small>(огурец, лимон. кислот., йодир.соль)</small>	15	2,00	0,12	0,02	0,25	1,95
229	Рыба, тушеная в томате с овощами <small>(филе минтая, морковь, лук репч., томат паста, раст.масло)</small>	50/50	41,00	10,00	5,00	3,80	105,00
312	Картофельное пюре <small>(картофель, молоко 2,5 %, слив. масло 72%, йодир.соль)</small>	150	24,00	3,00	4,80	20,00	137,00
376	Чай с сахаром <small>(чай черный, сахар)</small>	200	4,00	0,07	0,02	15,00	60,00
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный <small>(мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)</small>	30/25	4,60	3,55	0,60	22,55	110,00
Итого:		520	75,60	16,74	10,44	61,60	413,95
Обед							
42	Салат картофельный с солеными огурцами и зеленым горошком <small>(картофель, огурцы в лим. заливке, горошек зел. консерв., лук репч., масло растит.)</small>	30	5,00	0,54	1,80	2,76	30,00
103	Суп картофельный с вермишелью и зеленью <small>(картофель п/ф., макарон. издел., морк., лук репч., масло раст., укроп зелень, йодир.соль)</small>	250	21,30	7,00	6,47	20,89	170,28
241/330	Говядина отварная в сметанном соусе <small>(говядина, сметана 15%, сл.масло 72%, йодир.соль)</small>	40/30	35,00	12,00	9,80	2,60	146,00
171	Каша перловая рассыпчатая <small>(крупа перловая, соль, масло слив.72%)</small>	160	10,00	5,00	5,00	33,00	197,00
377	Чай с лимоном <small>(чай черный, сахар, лимон со.)</small>	200	5,00	0,16	0,03	15,21	62,99
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный <small>(мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)</small>	30/20	4,10	3,49	0,88	22,00	109,00
Итого:		760	80,40	28,19	23,98	96,46	715,27
Всего:		1280	156,00	44,93	34,42	158,06	1129,22

Продукты не содержат ГМО