

Утверждено
 МУП "Школьное питание" г.о.Жигулевск
 Директор: П.П.Олисова

Согласовано
 ГБОУ С(О)ОШ №
 Директор: [подпись]

Меню на "06" октября 2022г
 Возрастная категория с 7 до 11 лет

9 день цикл. меню (аллергия на куриный белок)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
Завтрак							
243/331	Сосиска отварная с соусом (сосиски, водир, соль, сметана 15%, томат, луке)	55/30	31,00	29,00	10,91	28,92	249,94
200	Пюре из гороха и картофеля (картофель, горох лущеный, молоко 2,5 %, слив. масло 72%, водир, соль)	150	20,00	10,43	7,43	27,29	218,09
646	Напиток лимонный (лимон сежий, сахар)	200	8,00	0,14	0,02	24,43	101,20
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль водир.)	20/20	3,20	2,70	0,42	19,54	92,74
Дополнительная витаминизация							
ПР	Сок фруктовый в индивидуальной упаковке	200	19,09	1,00	0,20	20,20	86,60
Итого:		700	62,20	43,27	18,98	120,38	748,57
Обед							
71	Овощи свежие (помидор порционно)	50	7,00	0,55	0,10	1,40	12,00
88	Щи вегетарианские из свежей капусты и картофеля со сметаной и зеленью (капуста б/к, морковь, лук репч., раст. масло, томат, соус, сметана 15%, укроп, зелень)	200/10/1	20,00	3,27	11,73	15,30	115,94
256	Мясо тушеное (свинина) (свинина мякоть, морковь, лук репч., раст. масло, томат, соус, пшенич. мука, водир, соль)	35/30	33,00	6,88	18,31	1,66	198,25
302	Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, сл. масло, водир, соль)	150	18,00	9,02	6,69	40,81	259,18
377	Чай фруктовый (вишня) (чай черный, сахар, вишня св./мор.)	200	5,00	0,10	0,03	15,00	60,61
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль водир.)	30/20	4,10	3,49	0,52	24,37	116,12
Дополнительная витаминизация							
ПР	Сыр плавленый ломтевой сливочный классич.	18	19,09	1,75	4,73	0,86	50,75
Итого:		759	87,10	25,06	42,11	99,40	812,85
Всего:		1459	149,30	68,33	61,09	219,78	1561,42

Продукты не содержат ГМО

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

Согласовано
 ГБОУ СО(О)ОШ №

Директор *М.О.Севд*

Меню на "06" октября 2022г
 Возрастная категория с 7 до 11 лет

9 день цикл. меню (аллергия на молочный белок)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
Завтрак							
279/540	Тефтели из мяса цыплят с соусом красным ОСНОВНЫМ (филе кур, крупа рисовая, яйцо кур., лук репч., соус-томат. пюре, мука пшениц., йодир соль, лук репчатый, морковь.)	60/50	31,00	9,58	10,91	28,92	249,94
199	Пюре гороховое с маслом растительным (горох душистый, масло растит. соль йодированная)	150	20,00	9,02	6,69	40,81	259,18
646	Напиток лимонный (лимон свежий, сахар)	200	8,00	0,14	0,02	24,43	101,20
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	20/20	3,20	2,70	0,42	19,54	92,74
Дополнительная витаминизация							
ПР	Сок фруктовый в индивидуальной упаковке	200	19,09	1,00	0,20	20,20	86,60
Итого:		700	62,20	22,44	18,24	133,90	789,66
Обед							
71	Овощи свежие (помидор порционно)	50	7,00	0,55	0,10	1,40	12,00
88	Щи из свежей капусты и картофеля на бульоне из мяса цыплят, с зеленью (б/к капуста, томат. пюре, морк., лук репч., мясо кур, масло растит. укроп зелень, йодир. соль)	200/15/1	20,00	6,70	10,98	15,00	121,59
256	Мясо тушеное (свинина) (свинина мякоть, морковь, лук репч., раст. масло, томат. соус, пшеница, мука, йодир. соль)	35/30	33,00	6,88	18,31	1,66	198,25
302	Каша гречневая рассыпчатая с маслом растительным (крупа гречневая, растит. масло, йодир. соль)	150	18,00	9,02	6,69	40,81	259,18
377	Чай фруктовый (вишня) (чай черный, сахар, вишня суш./мор.)	200	5,00	0,10	0,03	15,00	60,61
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/20	4,10	3,49	0,52	24,37	116,12
Дополнительная витаминизация							
338	Десерт фруктовый (яблоко свежее порционно)	100	19,09	1,00	0,40	10,00	44,40
Итого:		595	87,10	15,13	29,79	28,06	376,24
Всего:		1295	149,30	37,57	48,03	161,96	1165,9

Продукты не содержат ГМО

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

Меню на "06" октября 2022г
 Возрастная категория с 7 до 11 лет

Согласовано
 ГБОУ С(О)ОШ №

Директор *Машин*

9 день зпикт. меню (аллергия на рыбу)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углевода, г	ЭЦ, ккал
Завтрак							
279/331	Тефтели из мяса цыплят с соусом (филе кур, крупа рисовая, яйцо кур., лук репч., соус-томат, шпоре, мука пшенич., водир. соль)	60/50	31,00	9,58	10,91	28,92	249,94
200	Пюре из гороха и картофеля (картофель, горох лущеный, молоко 2,5%, слив. масло 72%, водир. соль)	150	20,00	10,43	7,43	27,29	218,09
646	Напиток лимонный (лимон свежий, сахар)	200	8,00	0,14	0,02	24,43	101,20
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль-водир.)	20/20	3,20	2,70	0,42	19,54	92,74
Дополнительная витаминизация							
ПР	Сок фруктовый в индивидуальной упаковке	200	19,09	1,00	0,20	20,20	86,60
Итого:		700	62,20	23,85	18,98	120,38	748,57
Обед							
71	Овощи свежие (помидор порционно)	50	7,00	0,55	0,10	1,40	12,00
88	Щи из свежей капусты и картофеля на бульоне из мяса цыплят, со сметаной, зеленью (б/к капуста, томат-шпоре, морковь, лук репч., мясо кур., масло растит., сметана 15%, укроп зеленый, водир. соль)	200/15/10/1	20,00	6,96	12,48	15,30	137,39
256	Мясо тушеное (свинина) (свинина мякоть, морковь, лук репч., раст. масло, томат. соус, пшенич. мука, водир. соль)	35/30	33,00	6,88	18,31	1,66	198,25
302	Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, сл. масло, водир. соль)	150	18,00	9,02	6,69	40,81	259,18
377	Чай фруктовый (вишня)	200	5,00	0,10	0,03	15,00	60,61
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный	30/20	4,10	3,49	0,52	24,37	116,12
Дополнительная витаминизация							
ПР	Сыр плавленый ломтевой сливочный классич.	18	19,09	1,75	4,73	0,86	50,75
Итого:		759	87,10	28,75	42,86	99,40	834,30
Всего:		1459	149,30	52,6	61,84	219,78	1582,87

Продукты не содержат ГМО

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

Согласовано
ГБОУ С (О)ОШ №
Директор

Меню на "06" октября 2022г
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							
52	Салат из свеклы отварной <small>(свекла, раст.масло, лимонн.кисл., йодир.соль)</small>	60	5,00	0,71	3,04	4,18	46,92
279/331	Тефтели из мяса цыплят с соусом <small>(филе кур, крупа рисовая, яйцо кур., лук репч., соус-томат. пюре, мука пшенич., йодир.соль)</small>	60/50	31,00	9,58	10,91	28,92	249,94
200	Пюре из гороха и картофеля <small>(картофель, горох дущеный, молоко 2,5%, слив. масло 72%, йодир.соль)</small>	200	27,00	13,91	9,90	36,39	290,79
646	Напиток лимонный <small>(лимон свежий, сахар)</small>	200	8,00	0,14	0,02	24,43	101,20
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный <small>(мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)</small>	30/25	4,60	3,77	0,58	26,84	127,62
	Итого:	625	75,60	28,11	24,45	120,76	816,47
Обед							
71	Овощи свежие (помидор порционно)	25	3,00	0,28	0,05	0,95	6,00
88	Щи из свежей капусты и картофеля на бульоне из мяса цыплят, со сметаной, зеленью <small>(б/к капуста, томат пюре, морк., лук репч., мясо кур, масло растит., сметана 15%, укроп зеленый, йодир. соль)</small>	250/15/10/1	21,30	8,70	15,60	9,99	171,74
256	Мясо тушеное (свинина) <small>(свинина мякоть, морковь, лук репч., раст. масло, томат. соус, пшенич. мука, йодир.соль)</small>	35/30	33,00	6,88	18,31	1,66	198,25
302	Каша гречневая рассыпчатая <small>(крупа гречневая, сл. масло, йодир. соль)</small>	150	18,00	9,02	6,69	40,81	259,18
377	Чай фруктовый (вишня) <small>(чай черный, сахар, вишня суш./мер.)</small>	200	5,00	0,10	0,03	15,00	60,61
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный <small>(мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)</small>	30/20	4,10	3,50	0,52	24,37	116,12
	Итого:	766	84,40	28,48	41,20	92,78	811,90
	Всего:	1391	160,00	56,59	65,65	213,54	1 628,37

Продукты не содержат ГМО