

10 день цикла меню (аллергия на куриный белок)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
<i>Завтрак</i>							
71	Овощи свежие (огурец порционно)	60	10,00	0,48	0,06	1,50	8,40
265	Плов из свинины <small>(свинина мякоть, рис, лук репчатый, морковь, томаты, раст. масло, болгар. перец)</small>	30/150	40,00	13,03	10,87	40,10	310,70
376	Чай с сахаром <small>(чай зеленый, сахар)</small>	200	4,00	0,07	0,02	15,00	60,00
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный <small>(мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль, вода)</small>	20/20	3,20	2,70	0,42	19,54	92,74
ПР	Булочка Ромашки <small>(мука пшеничная, раст. масло, дрожжи, соль, сахар)</small>	40	5,00	4,20	4,35	29,60	174,05
<i>Дополнительная витаминизация</i>							
338	Десерт фруктовый (апельсин свежий порционно)	150	19,09	1,00	0,20	9,00	43,00
<b>Итого:</b>		<b>660</b>	<b>62,20</b>	<b>21,48</b>	<b>15,92</b>	<b>114,74</b>	<b>688,89</b>
<i>Обед</i>							
113/114	Суп-лапша домашняя на мясном бульоне с зеленью <small>(лапша из пшеничной муки, яйца куриц., морковь, лук репчатый, свек. масло 22%, мясо свиное, укроп, зелень, вода, соль)</small>	200/1	16,00	4,47	11,43	19,10	141,76
268	Шницель из свинины <small>(мясо свиное, хлеб пшеничный, лук репчатый, соль, бланшированная капуста растительное)</small>	60	31,00	11,09	6,50	9,34	140,11
312	Картофельное пюре <small>(картофель, молоко 2,5%, свек. масло 22%, болгар. перец)</small>	160	24,00	3,50	5,98	23,54	162,40
388	Напиток из плодов шиповника <small>(плоды шиповника суш., сахар, лимон. кислот.)</small>	200	12,00	0,68	0,28	20,76	79,80
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный <small>(мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль, вода)</small>	30/20	4,10	3,49	0,52	24,37	116,12
<i>Дополнительная витаминизация</i>							
338	Десерт фруктовый (яблоко свежее порционно)	100	19,09	1,00	0,40	10,00	44,40
<b>Итого:</b>		<b>796</b>	<b>87,10</b>	<b>24,23</b>	<b>25,11</b>	<b>107,11</b>	<b>684,59</b>
<b>Всего:</b>		<b>1456</b>	<b>149,30</b>	<b>45,71</b>	<b>41,03</b>	<b>221,85</b>	<b>1373,48</b>

Продукты не содержат ГМО

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

Согласовано  
 ГБОУ С (О)ОШ №  
 Директор *Маслова*

Меню на "07" октября 2022г  
 Возрастная категория с 7 до 11 лет

10 день цикл. меню (аллергия на молочный белок)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
<i>Завтрак</i>							
71	Овощи свежие (огурец порционно)	60	10,00	0,48	0,06	1,50	8,40
265	Плов из свинины (свинина мажор, крупа рисовая, лук репч, морковь, томат., раст. масло, йодир, соль)	30/150	40,00	13,03	10,87	40,10	310,70
376	Чай с сахаром (чай черный, сахар)	200	4,00	0,07	0,02	15,00	60,00
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	20/20	3,20	2,70	0,42	19,54	92,74
ПР	Булочка Ромашка (мука) пшеничн., раст.масло, дрожжи, соль, сахар)	40	5,00	4,20	4,35	29,60	174,05
<i>Дополнительная витаминизация</i>							
338	Десерт фруктовый (апельсин свежий порционно)	150	19,09	1,00	0,20	9,00	43,00
<b>Итого:</b>		<b>670</b>	<b>62,20</b>	<b>21,48</b>	<b>15,92</b>	<b>114,74</b>	<b>688,89</b>
<i>Обед</i>							
113/114	Суп-лапша домашняя на бульоне из мяса цыплят, зеленью (лапша домашняя - мука пшенич., яйца кур., йодир, соль, морковь, лук репч., масло растит., мясо кур., укроп зелень, вод. соль)	200/15/1	16,00	8,16	12,18	19,10	163,21
268	Шницель из свинины (мясо свиное, хлеб пшеничный, лук репчатый, соль, йодированная, масло растительное)	60	31,00	11,09	6,50	9,34	140,11
310	Картофель отварной с растительным маслом, зеленью (картофель, масло растит., соль йодир, зелень)	150	24,00	3,04	5,85	24,53	163,19
388	Напиток из плодов шиповника (плоды шиповника суш., сахар, лимон. кисл.)	200	12,00	0,68	0,28	20,76	79,80
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/20	4,10	3,49	0,52	24,37	116,12
<i>Дополнительная витаминизация</i>							
338	Десерт фруктовый (яблоко свежее порционно)	100	19,09	1,00	0,40	10,00	44,40
<b>Итого:</b>		<b>796</b>	<b>87,10</b>	<b>27,46</b>	<b>25,73</b>	<b>108,10</b>	<b>706,83</b>
<b>Всего:</b>		<b>1466</b>	<b>149,30</b>	<b>48,94</b>	<b>41,65</b>	<b>222,84</b>	<b>1395,72</b>

Продукты не содержат ГМО

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

Меню на "07" октября 2022г  
 Возрастная категория с 7 до 11 лет

Согласовано  
 ГБОУ С (О)ОШ №  
 Директор

10 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>							
18	Салат зеленый (капуста белокочанная) с огурцами (капуста белокочанная, огурец свежий, масло растительное, соль йодированная)	50	10,00	0,59	3,04	4,15	46,52
265	Плов из свинины (свинина мякоть, крупа рисовая, лук репчатый, морковь, томат, раст. масло, йодир. соль)	30/150	40,00	13,03	10,87	40,10	310,70
376	Чай с сахаром (чай черный, сахар)	200	4,00	0,07	0,02	15,00	60,00
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	20/20	3,20	2,70	0,42	19,54	92,74
ПР	Булочка Ромашка (мука пшеничная, раст. масло, дрожжи, соль, сахар)	40	5,00	4,20	4,35	29,60	174,05
<b>Дополнительная витаминизация</b>							
338	Десерт фруктовый (апельсин свежий порционно)	150	19,09	1,00	0,20	9,00	43,00
<b>Итого:</b>		<b>660</b>	<b>62,20</b>	<b>21,59</b>	<b>18,90</b>	<b>117,39</b>	<b>727,01</b>
<b>Обед</b>							
113/114	Суп-лапша домашняя на бульоне из мяса цыплят, зеленью (лапша домашняя - мука пшеничная, яйца кур, йодир. соль, морковь, лук репчатый, масло растит., мясо цыплят)	200/15/1	16,00	8,16	12,18	19,10	163,21
268	Шницель из свинины (мясо свинины, хлеб пшеничный, лук репчатый, соль йодированная, масло растительное)	60	31,00	11,09	6,50	9,34	140,11
312	Картофельное пюре (картофель, молоко 2,5%, слив. масло 72%, йодир. соль)	160	24,00	3,50	5,98	23,54	162,40
388	Напиток из плодов шиповника (плоды шиповника суш., сахар, лимон. кислота)	200	12,00	0,68	0,28	20,76	79,80
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/20	4,10	3,49	0,52	24,37	116,12
<b>Дополнительная витаминизация</b>							
338	Десерт фруктовый (яблоко свежее порционно)	100	19,09	1,00	0,40	10,00	44,40
<b>Итого:</b>		<b>796</b>	<b>87,10</b>	<b>27,92</b>	<b>25,86</b>	<b>107,11</b>	<b>706,04</b>
<b>Всего:</b>		<b>1456</b>	<b>149,30</b>	<b>49,51</b>	<b>44,76</b>	<b>224,50</b>	<b>1433,05</b>

Продукты не содержат ГМО

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

Согласовано  
 ГБОУ С (О)ОШ №

Директор

Меню на "07" октября 2022г

Возрастная категория с 12 лет и старше

10 день цикла, меню (аллергия на рыбу)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
<b>Завтрак</b>							
18	Салат зеленый (капуста белокочанная) с огурцами (капуста белокочанная, огурец свежий, масло растительное, соль йодированная)	50	10,00	0,59	3,04	4,15	46,52
265	Плов из свинины (свинина мякоть, крупа рисовая, лук репчатый, морковь, томат, раст. масло, йодир. соль)	45/150	52,00	16,02	11,82	40,10	331,12
376	Чай с сахаром (чай черный, сахар)	200	4,00	0,07	0,02	15,00	60,00
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/25	4,60	3,77	0,58	26,84	127,62
ПР	Булочка Ромашка (мука пшенич., раст.масло, дрожжи, соль, сахар)	40	5,00	4,20	4,35	29,60	174,05
<b>Итого:</b>		<b>550</b>	<b>75,60</b>	<b>24,65</b>	<b>19,81</b>	<b>115,69</b>	<b>739,31</b>
<b>Обед</b>							
113/114	Суп-лапша домашняя на бульоне из мяса цыплят, зеленью (лапша домашняя - мука пшенич., яйца кур., йодир. соль, морковь, лук репч., масло растит., мясо кур., укроп зелень, йод. соль)	250/15/1	18,30	10,20	15,23	19,71	204,01
268	Шницель из свинины (мясо свинины, хлеб пшеничный, лук репчатый, соль йодированная, масло растительное)	60	31,00	11,09	6,50	9,34	140,11
312	Пюре картофельное (картофель, молоко 2,5 %, слив. масло 72%, йодир. соль)	140	19,00	3,06	5,23	20,59	142,09
388	Напиток из плодов шиповника (плоды шиповника суш., сахар, лимон. кислот.)	200	12,00	0,68	0,28	20,76	79,80
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/20	4,10	3,50	0,52	24,37	116,12
<b>Итого:</b>		<b>726</b>	<b>84,40</b>	<b>28,53</b>	<b>27,76</b>	<b>94,77</b>	<b>682,13</b>
<b>Всего:</b>		<b>1276</b>	<b>160,00</b>	<b>53,18</b>	<b>47,56</b>	<b>210,46</b>	<b>1421,44</b>

Продукты не содержат ГМО