

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

Меню на "12" октября 2022 г.  
 Возрастная категория с 7 до 11 лет

Согласовано  
 ГБОУ С(О)ОШ №7  
 Директор *Машин*

13 день цикл. меню (аллергия на куриный белок)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
<b>Завтрак</b>							
14 (2002)/331	Голубцы с мясом и рисом (ленивые) в соусе (б/к капуста, мясо говядины, свинины, яйцо куриное, крупа рисовая, соус- томат, пюре, сметана 15%, мука пшенич., йодир.соль)	70/30	30,00	7,40	5,48	6,97	107,50
302	Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, сл. масло 72%, йодир. соль)	130	16,00	7,82	5,80	35,37	224,62
377	Чай фруктовый (вишня) (чай черный, сахар, вишня сл./мор.)	200	5,00	0,10	0,03	15,00	60,61
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	20/20	3,20	2,70	0,42	19,54	92,74
ПР	Булочная мелочь (мука пшеничная, раст. масло, соль, сахар, дрожжи)	40	8,00	2,37	3,57	18,54	115,83
<b>Дополнительная витаминизация</b>							
ПР	Сыр плавленый ломтевой сливочный классич.	18	19,09	1,75	4,73	0,86	50,75
<b>Итого:</b>		<b>510</b>	<b>62,20</b>	<b>22,14</b>	<b>20,03</b>	<b>96,28</b>	<b>652,05</b>
<b>Обед</b>							
104/105	Суп картофельный с мясными фрикадельками с зеленью (картофель, лук репч., морковь, масло растит., мясо говяд., лук репчат., яйцо кур., йодир.сол., зелень)	200/20/1	35,00	6,94	7,98	160,13	216,89
258	Мясо духовое (свинина мякоть, раст. масло, картофель, морковь, лук репч., мука пшенич., йодир.соль)	40/150	43,00	11,58	10,49	19,74	220,09
377	Чай фруктовый (с/м смородина) (чай черный, сахар, смородина сл./мор.)	200	5,00	0,13	0,02	15,20	62,00
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>							
ПР	Сок фруктовый в индивидуальной упаковке	200	19,09	1,00	0,20	20,20	86,60
<b>Итого:</b>		<b>861</b>	<b>87,10</b>	<b>23,14</b>	<b>19,21</b>	<b>239,64</b>	<b>701,70</b>
<b>Всего:</b>		<b>1371</b>	<b>149,30</b>	<b>45,28</b>	<b>39,24</b>	<b>335,92</b>	<b>1353,75</b>

Продукты не содержат ГМО

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

Меню на "12" октября 2022 г.  
 Возрастная категория с 7 до 11 лет

Согласовано  
 ГБОУ С(О)ОШ № 4  
 Директор *М.М.М.*

13 день цикл. Меню (аллергия на молочный белок)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
<b>Завтрак</b>							
287/540	Голубцы ленивые из цыплят в соусе красном основном (б/к капуста, мясо кур., яйцо куриное, крупа рисовая, соус-томат, поре, мука пшенич., йодир. соль)	70/30	30,00	6,95	7,98	6,96	128,27
302	Каша гречневая рассыпчатая с маслом растительным (крупа гречневая, растит.масло, йодир. соль)	130	16,00	7,82	5,80	35,37	224,62
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 йодир.)	20/20	3,20	2,70	0,42	19,54	92,74
ПР	Булочная мелочь (мука пшенич., раст. масло, соль, сахар, дрожжи.)	40	8,00	2,37	3,57	18,54	115,83
<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>20,94</b>	<b>18,00</b>	<b>104,41</b>	<b>665,07</b>
<b>Обед</b>							
104/105	Суп картофельный с фрикадельками из цыплят с зеленью (картофель п/ф., морк., лук репч., томат, поре, масло раст., укроп зелень, лавр лист, йодир. соль, мясо кур, лук репчат., яйцо куриное, йодир. соль)	200/20/1	22,00	7,54	7,14	144,91	154,58
290/540	Грудка куриная (филе) в соусе красном основном (мясо кур., масло растит., томат.паста, морковь, лук репчатый, йодир. соль.)	45/50	34,00	0,81	3,72	3,48	51,04
310	Картофель отварной с растительным маслом, зеленью (картофель, масло растит., соль йодир., зелень)	150	22,00	3,04	5,85	24,53	163,19
377	Чай фруктовый (с/м смородина) (чай черный, сахар, смородина св./мор.)	200	5,00	0,13	0,02	15,20	62,00
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>							
ПР	Сок фруктовый в индивидуальной упаковке	200	19,09	1,00	0,20	20,20	86,60
<b>Итого:</b>		<b>916</b>	<b>87,10</b>	<b>16,01</b>	<b>17,45</b>	<b>232,69</b>	<b>633,53</b>
<b>Всего:</b>		<b>1576</b>	<b>149,30</b>	<b>36,95</b>	<b>35,45</b>	<b>337,10</b>	<b>1298,60</b>

Продукты не содержат ГМО

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

Меню на "12" октября 2022 г.  
 Возрастная категория с 7 до 11 лет

Согласовано  
 ГБОУ С (О)ОШ № 7  
 Директор *М.М.Мещеряков*

13 день цикл. меню(аллергия на рыбу)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
<i>Завтрак</i>							
287 /331	Голубцы ленивые из цыплят в соусе (б/к капуста, мясо кур., яйцо куриное, крупа рисовая, соус- томат, поре, сметана 15%, мука пшенич., йодир. соль)	70/30	30,00	6,95	7,98	6,96	128,27
302	Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, сл. масло 72%, йодир. соль)	130	16,00	7,82	5,80	35,37	224,62
377	Чай фруктовый (вишня) (чай черный, сахар, вишня сл./мор.)	200	5,00	0,10	0,03	15,00	60,61
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	20/20	3,20	2,70	0,42	19,54	92,74
ПР	Булочная мелочь (мука пшенич., раст. масло, соль, сахар, дрожжи.)	40	8,00	2,37	3,57	18,54	115,83
<i>Дополнительная витаминизация</i>							
ПР	Сыр плавленый ломтевой сливочный классич.	18	19,09	1,75	4,73	0,86	50,75
<b>Итого:</b>		<b>528</b>	<b>62,20</b>	<b>21,69</b>	<b>22,53</b>	<b>96,27</b>	<b>672,82</b>
<i>Обед</i>							
104/105	Суп картофельный с фрикадельками из цыплят (картофель п/ф., морк., лук репч., томат, поре, масло раст., укроп зелень, лавр.лист, йодир. соль, мясо кур., лук репчат., яйцо куриное, йодир. соль)	200/20/1	22,00	7,54	7,14	144,91	154,58
290/330	Грудка куриная (филе) в соусе сметанном (мясо кур., сметана 15%, сл.масло 72%, йодир. соль.)	45/50	34,00	0,81	3,72	3,48	51,04
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 сл./мор.)	200	5,00	0,13	0,02	15,20	62,00
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>							
ПР	Сок фруктовый в индивидуальной упаковке	200	19,09	1,00	0,20	20,20	86,60
<b>Итого:</b>		<b>916</b>	<b>87,10</b>	<b>16,25</b>	<b>17,20</b>	<b>230,22</b>	<b>622,58</b>
<b>Всего:</b>		<b>1444</b>	<b>149,30</b>	<b>37,94</b>	<b>39,73</b>	<b>326,49</b>	<b>1295,40</b>

Продукты не содержат ГМО

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

Согласовано  
 ГБОУ С (О)ОШ №7  
 Директор 

Меню на "12" октября 2022 г.  
 Возрастная категория с 12 лет и старше

13 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>							
287 /331	Голубцы ленивые из цыплят в соусе (б/к капуста, мясо кур., яйцо куриное, крупа рисовая, соус- томат, поре, сметана 15%, мука пшенич., Водир. соль.)	100/30	39,00	10,08	11,67	10,71	189,49
302	Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, сл. масло 72%, Водир. соль.)	160	19,00	7,82	5,80	35,37	224,62
377	Чай фруктовый (вишня) (чай черный, сахар, вишня сл./мор.)	200	5,00	0,10	0,03	15,00	60,61
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль Водир.)	30/25	4,60	3,77	0,58	26,84	127,62
ПР	Булочная мелочь (мука пшенич., раст. масло, соль, сахар, дрожжи.)	40	8,00	2,37	3,57	18,54	115,83
<b>Итого:</b>		<b>585</b>	<b>75,60</b>	<b>24,14</b>	<b>21,65</b>	<b>106,46</b>	<b>718,17</b>
<b>Обед</b>							
104/105	Суп картофельный с фрикадельками из цыплят с зеленью (картофель п/ф., морк., лук репч., томат, поре, масло раст., укроп зелень, лавр.лист, Водир. соль, мясо кур, лук репчат., яйцо куриное, Водир. соль.)	250/20/1	23,30	13,61	12,52	18,76	242,87
290/330	Грудка куриная (филе) в сметанном соусе (мясо кур., сметана 15%, сл.масло 72%, Водир.соль, томатная паста)	35/30	26,00	0,71	3,92	3,10	50,80
312	Картофельное пюре (картофель, молоко 2,5%, слив. масло 72%, Водир. соль.)	180	26,00	3,28	5,60	22,06	152,24
377	Чай фруктовый (с/м смородина) (чай черный, сахар, смородина сл./мор.)	200	5,00	0,13	0,02	15,20	62,00
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль Водир.)	30/20	4,10	3,50	0,52	24,37	116,12
<b>Итого:</b>		<b>766</b>	<b>84,40</b>	<b>21,23</b>	<b>22,58</b>	<b>83,49</b>	<b>624,03</b>
<b>Всего:</b>		<b>1351</b>	<b>160,00</b>	<b>45,37</b>	<b>44,23</b>	<b>189,95</b>	<b>1 342,20</b>

Продукты не содержат ГМО