

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

Меню на "14" октября 2022 г.  
Возрастная категория с 7 до 11 лет

Согласовано  
ГБОУ С (О)ОШ № 2  
Директор *Маслов*

15 день цикла 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>							
260	Гуляш из свинины (свинина мякоть, раст. масло, лук репч., томат соус, мука пшенич., соль йодир.)	40/30	37,00	12,26	6,81	1,71	117,13
305/136	Рис с овощами (крупа рисовая, морковь, лук репч., раст. масло, слив. масло, йодир. соль.)	160	18,00	3,78	12,46	36,07	272,19
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
<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>620</b>	<b>62,20</b>	<b>19,81</b>	<b>19,91</b>	<b>81,32</b>	<b>585,06</b>
<b>Обед</b>							
45	Салат из белокочанной капусты с морковью (капуста б/к., морковь, лук репч., раст. масло, йодир. соль.)	60	6,00	0,94	3,05	5,65	54,36
108/109	Суп картофельный с клецками на мясном бульоне с зеленью (картофель, морковь, лук репч., пшен. мука, яйца кур., раст. масло, укроп зелень, йодир. соль.)	200/1	19,00	3,69	6,84	22,30	153,53
241/331	Мясо отварное (свинина) с соусом сметанным с ТОМАТОМ (мясо свинина, соль йодир., сметана 15%, томат. пюре)	40/50	35,00	1,22	4,35	5,18	65,25
302	Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, сл. 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
<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>851</b>	<b>87,10</b>	<b>19,46</b>	<b>21,88</b>	<b>123,31</b>	<b>753,45</b>
<b>Всего:</b>		<b>1471</b>	<b>149,30</b>	<b>39,27</b>	<b>41,79</b>	<b>204,63</b>	<b>1338,51</b>

Продукты не содержат ГМО

Утверждаю  
 МУП "Школьное питание" г.о. Жигулевск  
 Директор Г.Ю.Олисова

Меню на "14" октября 2022 г.  
 Возрастная категория с 7 до 11 лет

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

15 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>							
297/540	Фрикадельки из цыплят в соусе красном основном (мясо кур., хлеб пшен., яйцо кур., раст.масло, йодир.соль, соус - томат морс., раст.масло, соль йодир.)	50/50	37,00	8,47	9,51	6,13	144,49
305/136	Рис с овощами с маслом растительным (крупа рисовая, морковь, лук репч., раст.масло, йодир.соль)	160	18,00	3,78	12,46	36,07	272,19
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
<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>650</b>	<b>62,20</b>	<b>16,02</b>	<b>22,61</b>	<b>85,74</b>	<b>612,42</b>
<b>Обед</b>							
45	Салат из белокочанной капусты с морковью (капуста б/к, морковь, лук репч., раст.масло, йодир.соль)	60	6,00	0,94	3,05	5,65	54,36
108/109	Суп картофельный с клецками на бульоне из мяса цыплят, зеленью (картофель, морковь, лук репч., мясо кур., пшен. мука, яйцо кур., раст.масло, укроп зелень, йодир.соль)	200/15/10/1	19,00	7,38	7,59	22,30	174,98
260	Гуляш из свинины (свинина мякоть, раст.масло, лук репч., томат паста, мука пшенич., соль йодир, томат)	40/50	35,00	12,56	7,19	7,71	122,00
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 черная, 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.)	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>876</b>	<b>87,10</b>	<b>34,49</b>	<b>25,47</b>	<b>125,84</b>	<b>831,65</b>
<b>Всего:</b>		<b>1526</b>	<b>149,30</b>	<b>50,51</b>	<b>48,08</b>	<b>211,58</b>	<b>1444,07</b>

Продукты не содержат ГМО

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

Меню на "14" октября 2022 г.  
Возрастная категория с 7 до 11 лет

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

15 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>							
297/331	Фрикадельки из цыплят в соусе сметанном с томатом (мясо кур., хлеб пшенич., молоко 2,5%, яйцо кур., раст. масло, йодир. соль, соус - томат пюре, сметана 15%, раст. масло, соль йодир.)	50/50	37,00	8,80	10,28	7,88	158,42
305/136	Рис с овощами (крупа рисовая, морковь, лук репч., раст. масло, слив. масло, йодир. соль.)	160	18,00	3,78	12,46	36,07	272,19
377	Чай с сахаром (чай черный, сахар, ваниль св./мор.)	200	4,00	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
<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>650</b>	<b>62,20</b>	<b>16,38</b>	<b>23,39</b>	<b>87,49</b>	<b>626,96</b>
<b>Обед</b>							
45	Салат из белокочанной капусты с морковью (капуста б/к., морковь, лук репч., раст. масло, йодир. соль.)	60	6,00	0,94	3,05	5,65	54,36
108/109	Суп картофельный с клецками на бульоне из мяса цыплят, зеленью (картофель, морковь, лук репч., мясо кур., пшен. мука, яйцо кур., раст. масло, укроп зелень, йодир. соль.)	200/15/10/1	19,00	7,38	7,59	22,30	174,98
260	Гуляш из свинины (свинина мякоть, раст. масло, лук репч., томат паста, мука пшенич., соль йодир, томат)	40/50	35,00	12,56	7,19	7,71	122,00
302	Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, сл. масло, йодир. соль.)	150	18,00	9,02	6,69	40,81	259,18
377	Чай фруктовый (вишня) (чай черный, сахар, ваниль св./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
<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>876</b>	<b>87,10</b>	<b>34,49</b>	<b>25,47</b>	<b>125,84</b>	<b>831,65</b>
<b>Всего:</b>		<b>1526</b>	<b>149,30</b>	<b>50,87</b>	<b>48,86</b>	<b>213,33</b>	<b>1458,61</b>

Продукты не содержат ГМО

Утверждаю

МУП "Школьное питание" г.о.Жигулевск

Директор Т.П.Олисова

15 день цикл. меню (аллергия на рыбу)

Согласовано

ГБОУ С (О)ОШ № 7

Директор Меня

Меню на "14" октября 2022 г.

Возрастная категория с 12 лет и старше

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
<b>Завтрак</b>							
297/331	Фрикадельки из цыплят в соусе сметанном с томатом (мясо кур., хлеб пшени., молоко 2,5%, яйцо кур., раст.масло, йодир.соль, соус - томат шпоре, сметана 15%, раст. масло, соль йодир.)	60/30	39,00	10,75	12,47	10,98	199,61
305/136	Рис с овощами (крупа рисовая, морковь, лук репч., раст. масло, стп. масло, йодир. соль)	150	19,00	3,07	10,12	29,31	221,16
377	Чай с сахаром (чай черный, сахар, ваниль с/мор.)	200	4,00	0,07	0,02	15,00	60,00
ПР	Булочная мелочь (мука пшеница, раст. масло, соль, сахар, дрожжи.)	40	8,00	2,37	3,57	18,54	115,83
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/25	4,60	3,77	0,58	26,84	127,62
<b>Итого:</b>		<b>535</b>	<b>74,60</b>	<b>20,03</b>	<b>26,76</b>	<b>100,67</b>	<b>724,22</b>
<b>Обед</b>							
45	Салат из белокочанной капусты с морковью (капуста б/к., морковь, лук репч., раст. масло, йодир.соль)	25	2,00	0,39	1,27	2,36	22,65
108/109	Суп картофельный с клецками на бульоне из мяса цыплят, зеленью	250/15/10/1	20,30	8,19	8,61	23,94	206,44
260	Гуляш из свинины (свинина мякоть, раст.масло, лук репч., томат паста, мука пшеничн., соль йодир.)	40/50	35,00	12,56	7,19	7,71	122,00
302	Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, сл. масло, йодир. соль)	150	18,00	7,82	5,80	35,57	224,62
377	Чай фруктовый (вишня) (чай черный, сахар, ваниль с/мор.)	200	5,00	0,10	0,03	15,00	60,61
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный	30/20	4,10	3,50	0,52	24,37	116,12
<b>Итого:</b>		<b>791</b>	<b>84,40</b>	<b>32,56</b>	<b>23,42</b>	<b>108,95</b>	<b>752,44</b>
<b>Всего:</b>		<b>1326</b>	<b>159,00</b>	<b>52,59</b>	<b>50,18</b>	<b>209,62</b>	<b>1 476,66</b>

Продукты не содержат ГМО