

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

Согласовано  
 ГБОУ С (О)ОШ № 4/100  
 Директор

Меню на "16" сентября" 2022г  
 Возрастная категория с 7 до 11 лет

10 день цикл. меню

| № 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<br>(свинина мякоть, 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<br>(чай черный, сахар)  | 200        | 4,00         | 0,07              | 0,02         | 15,00         | 60,00         |
| ПР          | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный<br>(мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)                       | 20/20      | 3,20         | 2,70              | 0,42         | 19,54         | 92,74         |
| ПР          | Булочка Ромашка<br>(мука пшеничн., раст.масло, дрожжи, соль, сахар)                                     | 40         | 5,00         | 4,20              | 4,35         | 29,60         | 174,05        |
|             | <b>Итого:</b>   | <b>520</b> | <b>62,20</b> | <b>20,48</b>      | <b>15,72</b> | <b>105,74</b> | <b>645,89</b> |

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

*А.И.Семин* *А.И.Семин*

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

Согласовано  
 ГБОУ С (О)ОШ № 7 011  
 Директор Маслов

Меню на "16" сентября" 2022г  
 Возрастная категория с 12 лет и старше

10 день цикл меню

| № 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<br>(свинина мякоть, крупа рисовая, лук репч.морковь, томат, раст. масло, йодир, соль)   | 45/150      | 52,00         | 16,02             | 11,82        | 40,10         | 331,12         |
| 376         | Чай с сахаром<br>(чай черный, сахар)  | 200         | 4,00          | 0,07              | 0,02         | 15,00         | 60,00          |
| ПР          | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный<br>(мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)   | 30/25       | 4,60          | 3,77              | 0,58         | 26,84         | 127,62         |
| ПР          | Булочка Ромашка<br>(пшеничн., 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>24,54</b>      | <b>16,83</b> | <b>113,04</b> | <b>701,19</b>  |
|             | <i>Обед</i>   |             |               |                   |              |               |                |
| 113/114     | Суп-лапша домашняя на бульоне из мяса цыплят, зеленью<br>(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         |
| 231         | Рыба (минтай) припущенная<br>(рыба минтай-филе, мука пшеничная, лук репчатый, масло раст., йодир, соль)   | 55(40/15)   | 31,00         | 9,38              | 5,58         | 5,28          | 109,32         |
| 312         | Пюре картофельное<br>(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<br>(плоды шиповника суш., сахар, лимон. кислота)  | 200         | 12,00         | 0,68              | 0,28         | 20,76         | 79,80          |
| ПР          | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный<br>(мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)   | 30/20       | 4,10          | 3,50              | 0,52         | 24,37         | 116,12         |
|             | <b>Итого:</b>   | <b>711</b>  | <b>84,40</b>  | <b>26,82</b>      | <b>26,84</b> | <b>90,71</b>  | <b>651,34</b>  |
|             | <b>Всего:</b>   | <b>1261</b> | <b>160,00</b> | <b>51,36</b>      | <b>43,66</b> | <b>203,75</b> | <b>1352,53</b> |

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

Олисова Т.И. 1 Линькова М.И.

МуП "Школьное питание" г.о. Жигулевск  
 Директор Г.И.Олисова

Согласовано  
 ГБОУ С (О)ОШ № 7/1111  
 Директор *М.М.М.*

Меню на "16" сентября" 2022г

ОВЗ. Возрастная категория с 7 до 11 лет. Возрастная категория с 12 лет и старше

10 день цикла меню

| № 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<br><small>(свинина мякоть, крупа рисовая, лук репч., морковь, томат, раст. масло, йодир. соль)</small>   | 30/150      | 40,00         | 13,03             | 10,87        | 40,10         | 310,70         |
| 376         | Чай с сахаром<br><small>(чай черный, сахар)</small>  | 200         | 4,00          | 0,07              | 0,02         | 15,00         | 60,00          |
| ПР          | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный<br><small>(мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)</small>   | 20/20       | 3,20          | 2,70              | 0,42         | 19,54         | 92,74          |
| ПР          | Булочка Ромашка<br><small>(пшеница, раст.масло, дрожжи, соль, сахар)</small>   | 40          | 5,00          | 4,20              | 4,35         | 29,60         | 174,05         |
|             | <b>Итого:</b>  | <b>520</b>  | <b>62,20</b>  | <b>20,48</b>      | <b>15,72</b> | <b>105,74</b> | <b>645,89</b>  |
|             | <i>Обед</i>  |             |               |                   |              |               |                |
| 113/114     | Суп-лапша домашняя на бульоне из мяса цыплят, зеленью<br><small>(лапша домашняя - мука пшенич., яйца кур., йодир. соль, морковь, лук репч., масло растит., мясо кур., укроп зелень, йод. соль)</small> | 200/15/1    | 16,00         | 8,16              | 12,18        | 19,10         | 163,21         |
| 231         | Рыба (минтай) припущенная<br><small>(рыба минтай-филе, мука пшеничная, лук репчатый, масло раст., йодир. соль)</small>   | 55(40/15)   | 31,00         | 9,38              | 5,58         | 5,28          | 109,32         |
| 312         | 160  | 24,00       | 3,50          | 5,98              | 23,54        | 162,40        |                |
| 388         | Напиток из плодов шиповника<br><small>(плоды шиповника суш., сахар, лимон. кислот.)</small>  | 200         | 12,00         | 0,68              | 0,28         | 20,76         | 79,80          |
| ПР          | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный<br><small>(мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)</small>   | 30/20       | 4,10          | 3,49              | 0,52         | 24,37         | 116,12         |
|             | <b>Итого:</b>  | <b>681</b>  | <b>87,10</b>  | <b>25,21</b>      | <b>24,54</b> | <b>93,05</b>  | <b>630,85</b>  |
|             | <b>Всего:</b>  | <b>1201</b> | <b>149,30</b> | <b>45,69</b>      | <b>40,26</b> | <b>198,79</b> | <b>1276,74</b> |

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством *А.С.С.* *А.С.С.*