

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

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

Согласовано
 ГБОУ С (О)ОШ № 9
 Директор

3 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						
260	Гуляш из говядины (мясо говядины, лук репчатый, томат паста, соль йодированная, мука пшеничная, масло растительное)	30/60	40,00	9,84	6,18	3,70	110,14
303	Каша гречневая вязкая (крупа гречка, сл. масло, йодир. соль)	170	14,00	4,94	6,24	22,28	164,82
377	Чай фруктовый (с/м смородина)	200	5,00	0,13	0,02	15,20	62,00
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	Сыр плавленый ломтевой сливочный классич.	18	19,09	1,75	4,73	0,86	50,75
	Итого:	518	62,20	19,36	17,59	61,58	480,45
	Обед						
183/184	Борщ "Украинский" вегетарианский с пампушками, зеленью, сметаной (б/к капуста, картоф., морковь, свекла, лук репч., перец сладкий, томат пюре, сметана 15 %, укроп)	200/20/10/1	25,00	1,62	3,26	17,60	72,15
241/330	Мясо отварное (говядина) с соусом (мясо говядина, соль йодир., сметана 15%,)	30/50	36,00	1,22	4,34	5,18	65,25
312	Картофельное пюре (картофель, молоко 2,5 %, слив. масло 72%,)	140	12,00	3,06	5,23	20,59	142,09
388	Напиток из плодов шиповника (плоды шиповника суш., сахар, лимон. кислота)	200	10,00	0,68	0,28	20,76	79,80
ПР	Булочка Десертная (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	50	4,10	4,20	4,35	29,60	174,05
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный	30/20		3,49	0,52	24,37	116,12
ПР	Сок фруктовый в индивидуальной упаковке	200	19,09	1,00	0,20	20,20	86,60
	Итого:	951	87,10	11,78	17,66	113,93	619,94
	Всего:	1469	149,30	31,14	35,25	175,51	1100,39

Продукты не содержат ГМО

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

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

Согласовано
 ГБОУ СОУОШ № 7
 Директор М.И.Мещеряков

3 день цикл, меню (молочный белок)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	Э, ккал
Завтрак							
260	Гуляш из говядины (мясо говядины, лук репчатый, томат паста, соль йодированная, мука пшеничная, масло растительное)	30/60	40,00	9,84	6,18	3,70	110,14
303	Каша гречневая вязкая с маслом растительным (крупа гречка, растит. масло, йодир. соль)	170	14,00	8,37	8,42	37,07	258,75
377	Чай фруктовый (с/м смородина)	200	5,00	0,13	0,02	15,20	62,00
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	Сыр плавленый ломтевой сливочный классич.	18	19,09	1,75	4,73	0,86	50,75
Итого:		498	62,20	22,79	19,77	76,37	574,38
Обед							
183/184	Борщ "Украинский" с пампушками (б/к капуста, картоф., морковь, свекла, лук репч., перец сладкий, мясо птицы, томат. пюре, укроп зелень, йодир. соль, сахар, к-та лимон., мука пшенич., чеснок, яйцо куриц.)	200/20/15/1	25,00	3,55	5,64	23,13	166,32
289	Рагу из цыплят (картофель, цыпята, морковь, лук репч., томат. пюре, раст. масло, мука пшенич., йодир. соль)	40/160	36,00	12,96	16,74	20,74	286,44
388	Напиток из плодов шиповника (плоды шиповника суш., сахар, лимон. кисл.)	200	12,00	0,00	0,00	19,96	79,80
ПР	Булочка Десертная (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	50	10,00	4,20	4,35	29,60	174,05
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							
ПР	Сок фруктовый в индивидуальной упаковке	200	19,09	1,00	0,20	20,20	86,60
Итого:		936	87,10	25,20	27,45	138,00	909,33
Всего:		1434	149,30	47,99	47,22	214,37	1483,71

Продукты не содержат ГМО

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

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

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

3 день цикл меню (аллергия на рыбу)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
Завтрак							
260	Гуляш из ГОВЯДИНЫ (мясо говядины, лук репчатый, томат паста, соль йодированная, мука пшеничная, масло растительное)	30/60	40,00	9,84	6,18	3,70	110,14
303	Каша гречневая вязкая (крупа гречневая, соль йодированная, масло сливочное)	170	14,00	4,94	6,24	22,28	164,82
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	20/20	3,20	2,70	0,42	19,54	92,74
Дополнительная витаминизация							
ПР	Сыр плавленый ломтевой сливочный классич.	18	19,09	1,75	4,73	0,86	50,75
	Итого:	518	62,20	19,36	17,59	61,58	480,45
Обед							
183/184	Борщ "Украинский" с пампушками (б/к капуста, картоф., морковь, свекла, лук репч., перец сладкий, мясо птицы, томат пюре, сметана 15 %, укроп зелень, йодир. соль, сахар, к-та лимон., мука пшенич., чеснок, яйцо куриц.)	200/20/15/10/ 1	25,00	3,55	5,64	23,13	166,32
289	Рагу из ЦЫПЛЯТ (картофель, цыпята, морковь, лук репч., томат. пюре, раст. масло, мука пшенич., йодир. соль)	40/160	36,00	12,96	16,74	20,74	286,44
388	Напиток из плодов шиповника (плоды шиповника суш., сахар, лимон. кисл.)	200	12,00	0,00	0,00	19,96	79,80
ПР	Булочка Десертная (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	50	10,00	4,20	4,35	29,60	174,05
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							
ПР	Сок фруктовый в индивидуальной упаковке	200	19,09	1,00	0,20	20,20	86,60
	Итого:	946	87,10	25,20	27,45	138,00	909,33
	Всего:	1464	149,30	44,56	45,04	199,58	1389,78

Продукты не содержат ГМО

Утверждаю

МУП "Школьное питание" г.о.Жигулевск

Директор Т.П.Олисова



Согласовано

ГБОУ С (О)ОШ № 4 с/мз

Директор *Маслова*

Меню на "16" ноября 2022г

Возрастная категория с 12 лет и старше

3 день цикл, меню (аллергия на рыбу)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
Завтрак							
50	Салат из свеклы с сыром (свекла отварная, сыр, мало)	40	10,00	1,89	4,20	2,91	57,32
260	Гуляш из говядины (мясо говядины, томат пюре, лук репчатый, соль йодированная, масло растительное)	30/60	40,00	9,84	6,18	3,70	110,14
303	Каша гречневая вязкая (крупа гречневая, соль йодированная, масло сливочное)	180	16,00	5,23	6,56	23,59	174,11
377	Чай фруктовый (с/м смородина) (чай черный, сахар, смородина с/м/мор.)	200	5,00	0,14	0,02	24,37	101,21
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/25	4,60	3,77	0,58	26,84	127,62
	Итого:	565	75,60	20,87	17,54	81,41	570,40
Обед							
183/184	Борщ "Украинский" с пампушками (б/к капуста, картоф., морковь, свекла, лук репч., перец сладкий, мясо птицы, томат пюре, сметана 15,2%, чеснок, зелень, йодир, соль, сахар, лимон, уксус)	250/20/15/10/ 1	27,30	9,87	14,79	30,37	256,11
289	Рагу из цыплят (картофель, цыплята, морковь, лук репч., томат пюре, раст. масло, мука пшеничн., йодир, соль)	50/150	41,00	10,04	10,10	44,48	310,50
388	Напиток из плодов шиповника (плоды шиповника суш., сахар, лимон. кисл.)	200	12,00	0,00	0,00	19,96	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
	Итого:	746	84,40	23,40	25,41	119,18	762,53
	Всего:	1311	160,00	44,27	42,95	200,59	1 332,93

Продукты не содержат ГМО