

МУП "Школьное питание" г. Жигулевск  
 Директор Т.Н.Олисова



Меню на "19" октября 2022г  
 Возрастная категория с 7 до 11 лет

Согласовано  
 ГБОУ С (О)ОШ № 4 (шк)

Директор



3 день цикл. меню

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
<b>Завтрак</b>							
71	Овощи свежие (помидоры порционно)	60	7,00	0,66	0,12	2,28	14,40
251	Свинина тушеная с томатом и луком (мякоть свинина, лук репч., томат, пюре, раст. масло, йодир. соль)	30/15	29,00	9,44	9,87	2,40	136,48
303	Каша гречневая вязкая (крупа гречневая, сл. масло 72%, йодир. соль)	160	18,00	9,62	7,14	43,53	276,46
377	Чай фруктовый (вишня) (чай черный, сахар, вишня с/м)	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
<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>523</b>	<b>62,20</b>	<b>24,27</b>	<b>22,31</b>	<b>83,61</b>	<b>631,44</b>

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством А.И.Семанов

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

Согласовано  
 ГБОУ С (О)ОШ № 4 г.о.  
 / Директор *Малин*

Меню на "19" октября 2022г  
 Возрастная категория с 12 лет и старше

3 день цикл. меню

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
<b>Завтрак</b>							
71	Овощи свежие (помидоры порционно)	60	7,00	0,55	0,10	1,90	12,00
251	Свинина тушеная с томатом и луком (мякоть свинины, лук репч., томат. пюре, раст. масло, йодир. соль)	40/15	39,00	12,43	10,82	2,40	156,91
303	Каша гречневая вязкая (крупа гречка, сл. масло, йодир. соль)	180	20,00	10,04	10,10	44,48	310,50
377	Чай фруктовый (вишня) (чай черный, сахар, вишня с/м)	200	5,00	0,10	0,03	15,00	60,61
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>550</b>	<b>75,60</b>	<b>26,89</b>	<b>21,62</b>	<b>90,62</b>	<b>667,64</b>
<b>Обед</b>							
24	Салат из св. помидоров. и огурцов с репч. ЛУКОМ (огурец св, помидор св, лук репч, масло раст, йодир. соль)	25	5,00	0,24	1,52	0,91	17,675
183/184	Борщ "Украинский" с пампушками (б/к капуста, картофель, 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. )	250/20/15/1 0/1	27,30	2,03	5,02	13,44	117,00
289	Рагу из цыплят (картофель, цыпленок, 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	0,68	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>771</b>	<b>84,40</b>	<b>19,41</b>	<b>24,07</b>	<b>80,22</b>	<b>617,04</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1321</b>	<b>160,00</b>	<b>46,30</b>	<b>45,69</b>	<b>170,84</b>	<b>1 284,67</b>

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством *Олисова Т.П.* / *Олисова Т.П.*

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

Меню на "19" октября 2022г

Согласовано  
 ГБОУ С (О)ОИ № 4/100  
 Директор Григорьев

3 день цикл: меню  
 ОБЗ. Возрастная категория с 7 до 11 лет. 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>							
71	Овощи свежие (помидоры порционно)	60	7,00	0,66	0,12	2,28	14,40
251	Свинина тушеная с томатом и луком (мякоть свинины, лук репч., томат пюре, раст. масло, йодир. соль)	30/15	29,00	9,44	9,87	2,40	136,48
303	Каша гречневая вязкая (крупа гречневая, сл. масло 72%, йодир. соль)	160	18,00	9,62	7,14	43,53	276,46
377	Чай фруктовый (вишня) (чай черный, сахар, вишня с/м.)	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
<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>523</b>	<b>62,20</b>	<b>24,27</b>	<b>22,31</b>	<b>83,61</b>	<b>631,44</b>
<b>Обед</b>							
24	Салат из свежих помидоров и огурцов с репчатым луком (огурец св, помидор св, лук репч, масло раст.)	60	10,00	0,58	3,64	2,184	42,42
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)	200/20/15/1 0/1	25,00	1,62	4,01	27,00	93,60
289	Рагу из цыплят (картофель, цыплита, 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	0,68	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>							
ПР	Сок фруктовый в индивидуальной упаковке	200	19,09	1,00	0,20	20,20	86,60
<b>Итого:</b>		<b>956</b>	<b>87,10</b>	<b>20,33</b>	<b>25,39</b>	<b>115,25</b>	<b>704,98</b>
<b>Всего:</b>		<b>1479</b>	<b>149,30</b>	<b>44,60</b>	<b>47,69</b>	<b>198,86</b>	<b>1336,42</b>

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством Олисова Т.П. / Григорьев