

Муниципальное учреждение
МуП "Школа № 10" г.о. Жигулевск
Директор А.С. Кустова

Согласовано
ГБОУ С (О)ОШ № 7 (подп.)
Директор Маслов

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

11 день цикла меню

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
<i>Завтрак</i>							
ПР/331	Тефтели из индейки с соусом сметанным с томатом (мясо индейки, крупа рисовая, яйцо кур., соус-томат, перец, сметана 15%, мука пшеница, йодир. соль)	65/50	34,00	10,71	9,23	32,06	251,86
204	Макароны отварные с сыром (макароны из пшеничной муки, сыр п/тв. 45%, слив. масло 72%, йодир. соль)	150/10	20,00	8,12	8,01	47,10	253,49
377	Чай с лимоном (чай черный, сахар, лимон сл.)	200	5,00	0,16	0,03	15,21	62,99
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>							
ПР	Сок фруктовый в индивидуальной упаковке	200	19,09	1,00	0,20	20,20	86,60
Итого:		715	62,20	22,69	17,89	134,11	747,68

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

Александр Маслов

Утверждено
 МУП "Школа № 1" г. Жигулевск
 Директор *И.И. Звонкова*

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

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

11 день шифр: **МЕНЮМЕНТОВ**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
Завтрак							
ПР/331	Тефтели из индейки с соусом <small>(мясо индейки, крупа рисовая, яйцо кур., соус- томат, поре, сметана 15%, мука пшенич., йодир. соль)</small>	65/50	34,00	10,71	9,23	32,06	251,86
204	Макароны отварные с сыром <small>(макароны из пшени. муки, сыр н/га-45%, слив. масло 72%, йодир. соль)</small>	180/15	32,00	9,28	9,48	37,05	271,69
377	Чай с лимоном <small>(чай черный, сахар, лимон сл.)</small>	200	5,00	0,16	0,03	15,21	62,99
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный <small>(мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)</small>	30/25	4,60	3,77	0,58	26,84	127,62
Итого:		565	75,60	23,92	19,32	111,16	714,16
Обед							
84	Борщ с картофелем и капустой, с мясом цыпленка, сметаной, зеленью <small>(свекла, картофель, фасоль, мясо кур, лук репч., морковь, томат поре, раст. масло, сметана 15%, сахар, йодир. соль, укроп зелень)</small>	250/15/10/1	22,30	4,73	8,26	12,84	145,37
293/330	Цыплята порциями в соусе сметанном <small>(цыпленка порц., сметана 15%, мука пшенич., йодир. соль)</small>	60/30	37,00	16,78	19,41	3,57	256,82
304	Рис отварной <small>(крупа рисовая, слив. масло 72%, йодир. соль)</small>	130	13,00	3,31	5,29	34,67	199,60
378	Чай с молоком <small>(чай черный, молоко 2,5 %, сахар)</small>	200	8,00	1,59	1,64	12,38	70,96
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный <small>(мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)</small>	30/20	4,10	3,49	0,52	24,37	116,12
Итого:		746	84,40	29,90	35,12	87,83	788,87
Всего:		1311	160,00	53,82	54,44	198,99	1503,03

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством *И.И. Звонкова* , *М.М. Мельник*

МУП "Школа № 1" г. Жигулевск
Директор Кустова

Меню на "19" декабря 2022г

Согласовано
ГБОУ С (О)ОШ № 4 от
Директор Маслов

11 день **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
Завтрак							
ПР/331	Тефтели из индейки с соусом сметанным с томатом (мясо индейки, крупы рисовая, яйца кур, соус-томат, пюре, сметана)	65/50	34,00	10,71	9,23	32,06	251,86
204	Макаронны отварные с сыром (макаронны из пшени. муки, сыр п/тн.45%, слив. масло 72%, Водир. соль)	150/10	20,00	8,12	8,01	47,10	253,49
377	Чай с лимоном (чай черный, сахар, лимон св.)	200	5,00	0,16	0,03	15,21	62,99
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль, Водир.)	20/20	3,20	2,70	0,42	19,54	92,74
Дополнительная витаминизация							
ПР	Сок фруктовый в индивидуальной упаковке	200	19,09	1,00	0,20	20,20	86,60
Итого:		715	62,20	22,69	17,89	134,11	747,68
Обед							
82	Борщ с капустой и картофелем, мясом цыпленка, сметаной, зеленью (свекла, картофель, мясо кур, лук репч., морковь, томаты, пюре, раст. масло, сметана 15%, сахар, Водир. соль, укроп, зелень)	200/15/10/1	21,00	5,71	8,40	15,20	140,35
293/330	Цыплята порциями в соусе сметанном (цыпленка порц., сметана 15%, мука пшенич., Водир. соль)	60/30	37,00	16,78	19,41	3,57	256,82
304	Рис отварной (крупа рисовая, слив. масло 72%, Водир. соль)	150	17,00	3,81	6,11	43,10	230,31
378	Чай с молоком (чай черный, молоко 2,5 %, сахар)	200	8,00	1,55	1,63	17,35	90,61
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль, Водир.)	30/20	4,10	3,49	0,52	24,37	116,12
Дополнительная витаминизация							
ПР	Сыр плавленый ломтевой сливочный классич.	18	19,09	1,75	4,73	0,86	50,75
Итого:		734	87,10	33,09	40,80	104,45	884,96
Всего:		1449	149,30	55,78	58,69	238,56	1632,64

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

Маслова М.В.