

Утверждаю

МУП "Школьное питание" г. Жигулевск

Директор Е.И. Олисова



Меню на " 28 " сентября 2022г

Возрастная категория с 7 до 11 лет



3 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 (помидоры порционно)	50	7,00	0,55	0,10	1,90	12,00
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)	150	18,00	9,02	6,69	40,81	259,18
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>Итого:</b>	<b>485</b>	<b>62,20</b>	<b>21,81</b>	<b>17,11</b>	<b>79,65</b>	<b>561,01</b>

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

Ирина Николаевна Дибина

лист № 7

Утверждено

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



Согласовано  
ГБОУ С (О)ОШ № 4 г.о. Ж.  
Директор Мещеряков



Меню на " 28" сентября 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)	50	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>540</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, 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.)	250/20/15/1 0/1	27,30	2,03	5,02	13,44	117,00
289	Рагу из цыплят (картофель, шампята, 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>1311</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

Утверждено

№ 4

Согласовано

МУП "Школьное питание" г.о. Жигулевск

Директор Е.П. Олисова

Меню на " 28 " сентября 2022г

ВЗ. Возрастная категория с 7 до 11 лет. 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)	50	7,00	0,55	0,10	1,90	12,00
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)	150	18,00	9,02	6,69	40,81	259,18
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>Итого:</b>		<b>485</b>	<b>62,20</b>	<b>21,81</b>	<b>17,11</b>	<b>79,65</b>	<b>561,01</b>
<b>Обед</b>							
24	Салат из свежих помидоров и огурцов с репчатым луком (огурец св, помидор св, лук репч, масло раст, йодир. соль)	50	10,00	0,48	3,03	1,82	35,35
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	17,60	93,60
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	3,49	0,52	24,37	116,12
<b>Итого:</b>		<b>746</b>	<b>87,10</b>	<b>19,23</b>	<b>24,58</b>	<b>85,29</b>	<b>611,31</b>
<b>Всего:</b>		<b>1231</b>	<b>149,30</b>	<b>41,04</b>	<b>41,69</b>	<b>164,94</b>	<b>1172,32</b>

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

А.В. Олисова