

Утверждаю

МУП "Школьное питание" г.о. Жигулевск

Директор Т.П. Олисова



Согласовано

ГБОУ С (О)ОШ № 4 (г.о. Жигулевск)

Директор М.С. Семенов



Меню на "28" октября 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>						
18	Салат зеленый (капуста белокочанная) с огурцами (капуста белокочанная, огурец свежий, масло растительное, соль, водоросли)	60	10,00	0,71	3,65	4,98	55,82
265	Плов из свинины (свинина мякоть, крупа рисовая, лук репчатый, морковь, томат - раст., масло, водир. соль)	30/150	40,00	13,03	10,87	40,10	310,70
376	Чай с сахаром (чай черный, сахар)	200	4,00	0,07	0,02	15,00	60,00
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль, водир.)	20/20	3,20	2,70	0,42	19,54	92,74
ПР	Булочка Ромашка (мука, раст.масло, дрожжи, соль, сахар)	40	5,00	4,20	4,35	29,60	174,05
	<i>Дополнительная витаминизация</i>						
338	Десерт фруктовый (яблоко)	150	19,09	1,00	0,20	9,00	43,00
	Итого:	670	62,20	21,71	19,51	118,22	736,31

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

Семенова И.И.

Утверждаю

МУП "Школьное питание" г.о. Жигулевск

Директор Т.П.Олисова

Согласовано
ГБОУ С (О)ОШ № 4011
Директор *А.С.Селиванов*

Меню на "28" октября 2022г

Возрастная категория с 12 лет и старше

10 день цикл. меню

рецептурный №	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
Завтрак							
18	Салат зеленый (капуста белокочанная) с огурцами (капуста белокочанная, огурец свежий, масло растительное, соль йодированная)	50	8,00	0,59	3,04	4,15	46,52
265	Плов из свинины (свинина мякоть, крупа рисовая, лук репчатый, морковь, томат, раст. масло, йодир. соль)	45/150	54,00	16,02	11,82	40,10	331,12
376	Чай с сахаром (чай черный, сахар)	200	4,00	0,07	0,02	15,00	60,00
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/25	4,60	3,77	0,58	26,84	127,62
ПР	Булочка Ромашка (мука пшенич., раст.масло, дрожжи, соли, сахар)	40	5,00	4,20	4,35	29,60	174,05
Итого:		540	75,60	24,65	19,81	115,69	739,31
Обед							
113/114	Суп-лапша домашняя на бульоне из мяса цыплят, зеленью (лапша домашняя - мука пшенич., яйца кур., йодир. соль, морковь, лук репчат., масло растит., мясо кур., укроп зеленый, йод. соль)	250/15/1	18,30	10,20	15,23	19,71	204,01
98.06/331	Котлета мясо-рыбная "Веста" с соусом сметанным с томатом (филе цыпленка, мятная, морковь, лук репчат., хлеб пшенич., раст.масло)	70/50	31,00	7,08	13,03	11,09	191,19
312	Пюре картофельное (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 (плоды шиповника суш., сахар, лимон, кислота)	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
Итого:		776	84,40	24,52	34,28	96,52	733,21
Всего:		1316	160,00	49,17	54,09	212,21	1472,52

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

Олисова Т.П., *Селиванов А.С.*

Утверждаю

МУП "Школьное питание" г.о. Жигулевск

Директор Т.П. Олсова

Согласовано
ГБОУ С (О)ОШ № 1

Директор М.С. Соловьев

Меню на "28" октября 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
Завтрак							
18	Салат зеленый (капуста белокочанная) с огурцами (капуста белокочанная, огурцы свежие, масло растительное, соль, йодированная)	60	10,00	0,71	3,65	4,98	55,82
265	Плов из свинины (свинина мякоть, крупа рисовая, лук репчатый, морковь, томат, раст. масло, йодированная соль)	30/150	40,00	13,03	10,87	40,10	310,70
376	Чай с сахаром (чай черный, сахар)	200	4,00	0,07	0,02	15,00	60,00
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	20/20	3,20	2,70	0,42	19,54	92,74
ПР	Булочка Ромашка (мука пшеничная, раст.масло, дрожжи, соль, сахар)	40	5,00	4,20	4,35	29,60	174,05
Дополнительная витаминизация							
338	Десерт фруктовый (апельсин)	150	19,09	1,00	0,20	9,00	43,00
Итого:		670	62,20	21,71	19,51	118,22	736,31
Обед							
113/114	Суп-лапша домашняя на бульоне из мяса цыплят, зеленью (лапша домашняя - мука пшеничная, яйца кур., йодир. соль, морковь, лук репчат., масло растит., мясо кур., укроп зеленый, йод. соль)	200/15/1	16,00	8,16	12,18	19,10	163,21
98.06/331	Котлета мясо-рыбная "Веста" с соусом сметанным с томатом (филе цыпленка, минтая, морковь, лук репчат., хлеб пшеничный, раст.масло)	70/50	31,00	7,08	13,03	11,09	191,19
312	Картофельное пюре (картофель, молоко 2,5 %, слив. масло 72%, йодир. соль)	160	24,00	3,50	5,98	23,54	162,40
388	Напиток из плодов шиповника (плоды шиповника суш., сахар, лимон. кислота)	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
Дополнительная витаминизация							
338	Десерт фруктовый (яблоко)	100	19,09	1,00	0,40	10,00	44,40
Итого:		846	87,10	23,91	32,39	108,85	757,12
Всего:		1516	149,30	45,62	51,90	227,07	1493,43

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

А.В. Соловьев, А.В. Соловьев