

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

Согласовано  
ГБОУ С (О)ОШ № 4811  
/ Директор *Масиш*

Меню на "28" октября 2022г  
Возрастная категория с 7 до 11 лет

10 день цикла. Меню (аллергия на рыбу)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
<b>Завтрак</b>							
18	Салат зеленый (капуста белокочанная) с огурцами (капуста белокочанная, огурец свежий, 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, йодир. 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
<b>Дополнительная витаминизация</b>							
338	Десерт фруктовый (апельсин)	150	19,09	1,00	0,20	9,00	43,00
<b>Итого:</b>		<b>670</b>	<b>62,20</b>	<b>21,71</b>	<b>19,51</b>	<b>118,22</b>	<b>736,31</b>
<b>Обед</b>							
113/114	Суп-лапша домашняя на бульоне из мяса цыплят, зеленью (лапша домашняя - мука пшеничная, яйцо кур., йодир. соль, морковь, лук репчатый, масло растит., мясо цыплят)	200/15/1	16,00	8,16	12,18	19,10	163,21
288/331	Цыпленок отварной (цыпленок, соль йодированная, лук репчатый)	70/50	31,00	19,19	16,49	0,26	226,59
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. кислот.)	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>							
338	Десерт фруктовый (яблоко)	100	19,09	1,00	0,40	10,00	44,40
<b>Итого:</b>		<b>856</b>	<b>87,10</b>	<b>36,02</b>	<b>35,85</b>	<b>98,03</b>	<b>792,52</b>
<b>Всего:</b>		<b>1526</b>	<b>149,30</b>	<b>57,73</b>	<b>55,36</b>	<b>216,25</b>	<b>1528,83</b>

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

*Масиш*, *Олисова Т.П.*

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

Меню на "28" октября 2022г  
Возрастная категория с 7 до 11 лет

Согласовано  
ГБОУ С (О)ОШ № 40  
Директор М.А.Семин

10 день цикла меню (аллергия на куриный белок)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
<i>Завтрак</i>							
71	Овощи свежие (огурец порционно)	60	10,00	0,48	0,06	1,50	8,40
265	Плов из свинины <small>(свинина мякоть, крупа рисовая, лук репчатый, морковь, томаты, раст. масло, йодир, соль)</small>	30/150	40,00	13,03	10,87	40,10	310,70
376	Чай с сахаром <small>(чай черной, сахар)</small>	200	4,00	0,07	0,02	15,00	60,00
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный <small>(мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)</small>	20/20	3,20	2,70	0,42	19,54	92,74
ПР	Булочка Ромашка <small>(мука пшеничн., раст. масло, дрожжи, соль, сахар)</small>	40	5,00	4,20	4,35	29,60	174,05
<i>Дополнительная витаминизация</i>							
338	Десерт фруктовый (апельсин свежий порционно)	150	19,09	1,00	0,20	9,00	43,00
<b>Итого:</b>		<b>670</b>	<b>62,20</b>	<b>21,48</b>	<b>15,92</b>	<b>114,74</b>	<b>688,89</b>
<i>Обед</i>							
113/114	Суп-лапша домашняя на мясном бульоне с зеленью <small>(лапша из пшеничной муки, яйца кур., морковь, лук репч., слив. масло 72 %, мясо свиное, укроп зелень, йод. соль)</small>	200/1	14,00	4,47	11,43	19,10	141,76
241/331	Мясо отварное (говядина) с соусом сметанным с томатом <small>(мясо говядины, соль йодир, сметана 15%, томат пюре)</small>	30/50	35,00	1,22	4,34	5,18	65,25
312	Картофельное пюре <small>(картофель, молоко 2,5 %, слив. масло 72%, йодир, соль)</small>	150	22,00	3,50	5,98	23,54	162,40
388	Напиток из плодов шиповника <small>(плоды шиповника суш., сахар, лимон. кислота)</small>	200	12,00	0,68	0,28	20,76	79,80
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
<i>Дополнительная витаминизация</i>							
338	Десерт фруктовый (яблоко свежее порционно)	100	19,09	1,00	0,40	10,00	44,40
<b>Итого:</b>		<b>801</b>	<b>87,10</b>	<b>14,36</b>	<b>22,95</b>	<b>102,95</b>	<b>609,73</b>
<b>Всего:</b>		<b>1471</b>	<b>149,30</b>	<b>35,84</b>	<b>38,87</b>	<b>217,69</b>	<b>1298,62</b>

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

Семин М.А., Олисова Т.Н.



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



Меню на "28" октября 2022г  
 Возрастная категория с 7 до 11 лет

Согласовано  
 ГБОУ С (О)ОШ № 4381  
 Директор *М.С.Сидорова*

10 день цикл меню (аллергия на молочный белок)

№ 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, 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, йодир. 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 пшенич., раст.масло, дрожжи, соль, сахар)	40	5,00	4,20	4,35	29,60	174,05
<i>Дополнительная витаминизация</i>							
338	Десерт фруктовый (апельсин свежий порционно)	150	19,09	1,00	0,20	9,00	43,00
<b>Итого:</b>		<b>670</b>	<b>62,20</b>	<b>21,71</b>	<b>19,51</b>	<b>118,22</b>	<b>736,31</b>
<i>Обед</i>							
113/114	Суп-лапша домашняя на бульоне из мяса цыплят, зеленью (лапша домашняя - мука пшенич., яйцо кур., йодир. соль, морковь, лук репч., масло растит., мясо кур., укроп зелень, йод. соль)	200/15/1	16,00	8,16	12,18	19,10	163,21
251/540	Цыпята отварные (мясо цыпленка, соль йодированная)	70/50	31,00	19,63	20,65	2,80	276,19
310	Картофель отварной с растительным маслом, зеленью (картофель, масло растит., соль йодир., зелень)	150	24,00	3,04	5,85	24,53	163,19
388	Напиток из плодов шиповника (плоды шиповника суш., сахар, лимон. кислот.)	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
<i>Дополнительная витаминизация</i>							
338	Десерт фруктовый (яблоко свежее порционно)	100	19,09	1,00	0,40	10,00	44,40
<b>Итого:</b>		<b>836</b>	<b>87,10</b>	<b>36,00</b>	<b>39,88</b>	<b>101,56</b>	<b>842,91</b>
<b>Всего:</b>		<b>1506</b>	<b>149,30</b>	<b>57,71</b>	<b>59,39</b>	<b>219,78</b>	<b>1579,22</b>

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством *Олисова Т.Ц.*, *Олисова Т.Ц.*

Утверждаю

МУН "Школьное питание" г.о. Жигулевск

Директор Т.П.Олисова



Согласовано

ГБОУ С (О)ОШ № 7 г.о. Ж.

Директор *М.А.Севостьянов*

Меню на "28" октября 2022г

Возрастная категория с 12 лет и старше

10 день школьного меню (аллергия на рыбу)

№ 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 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 пшеничная, раст. масло, дрожжи, соль, сахар)	40	5,00	4,20	4,35	29,60	174,05
	<b>Итого:</b>	<b>550</b>	<b>75,60</b>	<b>24,65</b>	<b>19,81</b>	<b>115,69</b>	<b>739,31</b>
<i>Обед</i>							
113/114	Суп-лапша домашняя на бульоне из мяса цыплят, зеленью (лапша домашняя - мука пшеничная, яйцо кур., йодир. соль, морковь, лук репчатый, масло растит., мясо кур., укроп зелень, вод. соль)	250/15/1	18,30	10,20	15,23	19,71	204,01
288/331	Цыпленок отварной (цыпленок, соль йодированная, лук репчатый)	70/50	31,00	19,19	16,49	0,26	226,59
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
	<b>Итого:</b>	<b>746</b>	<b>84,40</b>	<b>36,63</b>	<b>37,75</b>	<b>85,69</b>	<b>768,61</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1296</b>	<b>160,00</b>	<b>61,28</b>	<b>57,55</b>	<b>201,38</b>	<b>1507,92</b>

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

*С.А.Сидорова* / *Сидорова С.А.*