

Утверждаю

МУП "Школьное питание" г. Кигулевск
Директор А.С. Кустова



Согласовано

ГБОУ С (О) ОШ № 4 (ш)

Директор М.М. Мельник

Меню на "03" февраля 2023г
Возрастная категория с 7 до 11 лет

10 день цикла меню

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
	Завтрак						
52	Салат из свеклы с чесноком (свекла отварная, чеснок, масло растительное, соль йодированная)	60	6,00	0,71	3,04	4,18	46,92
265	Плов из свинины (свинина мякоть, крупа рисовая, лук репчатый, морковь, томат, раст. масло, йодир. соль)	40/160	50,60	15,50	12,50	19,80	331,12
342	Напиток из ягод вишни (вишня с/м, сахар)	200	8,00	0,10	0,03	25,29	102,33
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	20/20	3,20	2,89	0,47	17,91	87,60
	Итого:	500	67,80	19,20	16,04	67,18	567,97

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

А.В. Мельник

Утверждено
 МУП "Школьное питание" Жигулевск
 Директор С. С. Кустова

Согласовано
 ГБОУ СОУОШ № 4011
 Директор М. С. Мещеряков

Меню на "03" февраля 2023г
 Возрастная категория с 12 лет и старше

10 день пищевого меню



№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
Завтрак							
52	Салат из свеклы с чесноком (свекла отварная, чеснок, масло растительное, соль, йодированная)	60	6,00	0,71	3,04	4,18	46,92
265	Плов из свинины (свинина мякоть, крупа рисовая, лук репчатый, морковь, томат, раст. масло, йодир. соль)	50/180	63,80	19,28	13,3	42,77	368,17
342	Напиток из ягод вишни (вишня с/м, сахар)	200	8,00	0,10	0,03	25,29	102,33
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/25	4,60	4,05	0,66	24,64	120,90
Итого:		525	82,40	24,14	17,03	96,88	638,32
Обед							
113/114	Суп-лапша домашняя на бульоне из мяса цыплят, зеленью (лапша домашняя, мясо цыплят, бульон куриный, йодир. соль, молоко, лук репчатый, морковь, масло растит. масло)	250/15/1	18,20	9,5	9,99	30,93	252,16
279/540	Тефтели из мяса цыплят с соусом красным основным (фарш куриный, крупа рисовая, яйцо куриное, лук репчатый, морковь, соус томатный, мука пшеничная, йодир. соль)	60/25	29,40	5,10	10,74	9,52	150,30
200	Пюре из гороха и картофеля (картофель, горох душистый, молоко 2,5 %, слив. масло 72%, йодир. соль)	150	22,00	10,41	7,71	27,27	220,48
388	Напиток из плодов шиповника (плоды шиповника суш., сахар, лимон. кисл.)	200	12,00	0,00	0,00	9,98	39,90
ПР	Булочная мелочь (мука пшеничная, раст. масло, соль, сахар, дрожжи)	40	8,00	2,37	3,57	18,54	115,83
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/20	4,10	3,75	0,61	22,42	110,40
Итого:		791	93,70	31,13	32,62	118,66	889,07
Всего:		1316	176,10	55,27	49,65	215,54	1527,39

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством Мещеряков М.С. - 1 Кустова С.С.

Утверждено
 МУП "Школьное питание" г.о. Жагалаевск
 Директор А.С. Кустова

Согласовано
 ГБОУ С (О)ОШ № 4/111
 Директор Мещеряков

Меню на "03" февраля 2023г

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							
52	Салат из свеклы с чесноком (свекла отварная, чеснок, масло растительное, соль йодированная)	60	6,00	0,71	3,04	4,18	46,92
265	Плов из свинины (свинина мякоть, крупа рисовая, лук репчатый, морковь, томат, раст. масло, йодир. соль)	40/160	50,60	15,50	12,50	19,80	331,12
342	Напиток из ягод вишни (вишня с/м, сахар)	200	8,00	0,10	0,03	25,29	102,33
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	20/20	3,20	2,89	0,47	17,91	87,60
Итого:		500	67,80	19,20	16,04	67,18	567,97
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 зелень, вода, соль)	200/15/1	17,84	5,24	4,90	29,00	180,95
279/540	Тефтели из мяса цыплят с соусом красным основным (филе кур., крупа рисовая, яйцо кур., лук репчат., морковь, соус-томат, пюре, мука пшенич., йодир. соль)	60/30	31,00	5,10	10,74	9,52	150,30
200	Пюре из гороха и картофеля (картофель, горох душистый, молоко 2,5%, слив. масло 72%, йодир. соль)	150	22,00	10,41	7,71	27,27	220,48
388	Напиток из плодов шиповника (плоды шиповника суш., сахар, лимон. кислот.)	200	12,00	0,00	0,00	9,98	39,90
ПР	Булочная мелочь (мука пшенич., раст. масло, соль, сахар, дрожжи)	40	8,00	2,37	3,57	18,54	115,83
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/20	4,10	3,75	0,61	22,42	110,40
Итого:		746	94,94	26,87	27,53	116,73	817,86
Всего:		1246	162,74	46,07	43,57	183,91	1385,83

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

Мещеряков Мещеряков