

Утверждено
 МУП "Школьное питание" г.о. Жигулевск
 Директор  А. Кустова

Согласовано
 ГБОУ СОШ № 1
 Директор 

Меню на "10" января 2023г
 Возрастная категория с 7 до 11 лет

7 день шк. меню (аллергия на куриный белок)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
Завтрак							
243	Сосиска отварная (сосиска говяжья "Экстра")	55	40,00	5,72	11,06	0,44	124,30
173	Каша вязкая молочная геркулесовая со сливочным МАСЛОМ (крупа геркулесовая, молоко 2,5 %, слив. масло 72%, сахар, йодир. соль.)	160/10	16,60	6,24	8,45	26,43	229,43
378	Чай с молоком (чай черный, молоко 2,5 %, сахар)	200	8,00	1,59	1,64	12,38	70,96
ПР	Батон особый (мука пшеничная, дрожжи, раст. масло, сахар, йодир. соль)	40	3,20	3,08	1,32	19,92	104,80
	Итого:	465	67,80	16,63	22,47	59,17	529,49
Обед							
67	Винегрет овощной (свекла отварная, морковь отварная, горошек консервированный, масло растительное, соль йодированная, картофель отв.)	70	12,00	0,87	6,10	10,02	75,37
98	Суп вегетарианский крестьянский с пшеном и зеленью (б/к капуста, карт., крупа пшено, морк., лук репч., раст. масло, сметана 15%, йодир. соль)	200/15/1	18,84	3,52	10,47	17,20	118,72
260	Гуляш из говядины (мясо говядины, лук репчатый, томатное пюре, соль йодированная, мука пшеничная, масло растительное)	30/60	32,00	9,84	6,18	3,70	110,14
312	Картофельное пюре (картофель, молоко 2,5 %, слив. масло 72%, йодир. соль)	150	23,00	3,28	5,60	22,06	152,24
377	Чай фруктовый (вишня) (чай черный, сахар, вишня св./мор.)	200	5,00	0,10	0,03	10,01	40,66
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/20	4,10	3,75	0,61	22,42	110,40
	Всего:	776	94,94	21,36	28,99	85,41	607,53
	Всего:	1241	162,74	37,99	51,46	144,58	1137,02

Продукты не содержат ГМО

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

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

Меню на "10" января 2023г

Возрастная категория с 7 до 11 лет

7 день цикла меню (молочный белок)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
Завтрак							
288	Цыплята отварные (тушка цыпленка, соль йодированная)	70	38,60	15,48	10,45	2,09	165,59
302	Каша пшеничная рассыпчатая с маслом растительным (крупа пшеничная, масло растит, соль йодир.)	150	18,00	6,93	5,11	37,90	228,87
376	Чай с сахаром (чай черный, сахар)	200	4,00	0,07	0,02	15,00	60,00
ПР	Выпечка Кныш (картофель, мясо курицы, мука пшеничная, соль йодированная, масло сливочное)	90	4,00	8,30	7,60	20,70	181,30
ПР	Батон особый (мука пшеничная, дрожжи, раст. масло, сахар, йодир. соль)	40	3,20	3,08	1,32	19,92	104,80
	Итого:	550	67,80	33,86	24,50	95,61	740,56
Обед							
67	Винегрет овощной (свекла отварная, морковь отварная, горошек консервированный, масло растительное, соль йодированная, картофель отв.)	70	12,00	0,87	6,10	10,02	75,37
98	Суп крестьянский с пшеном на бульоне из цыплят, зеленью (б/к капуста, карт., крупа пшено, морк., лук репч., мясо кур, раст. масло, зелень, йодир. соль)	200/15/1	18,84	9,21	9,50	21,36	170,50
98.06/540	Котлета мясо-рыбная "Веста" с соусом красным основным (филе цыпленка, минтая, морковь, лук репчатый, хлеб пшеничн.,)	70/50	32,00	6,37	5,36	14,90	156,83
321	Капуста тушеная (капуста б/к, морковь, масло растит., соль йодир., томат. пюре)	150	23,00	3,60	4,54	15,79	120,68
377	Чай фруктовый (вишня) (чай черный, сахар, вишня сл./мор.)	200	5,00	0,10	0,03	10,01	40,66
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/20	4,10	3,75	0,61	22,42	110,40
	Итого:	806	94,94	23,90	26,14	94,50	674,44
	Всего:	1356	162,74	57,76	50,64	190,11	1415,00

Продукты не содержат ГМО

Утверждено
 МУП "Школьное питание" г. Жуковский
 Директор  А.С. Кузнецова

Согласовано
 ГБОУ С (О)ОШ № 7
 Директор 

Меню на "10" января 2023г

Возрастная категория с 12 лет и старше

7 день цнкл. меню

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
Завтрак							
ПР	Выпечка Кныш (картофель, мясо курицы, мука пшеничная, соль йодированная, масло сливочное)	90	40,00	8,30	7,60	20,70	181,30
173	Каша вязкая молочная геркулесовая со сливочным МАСЛОМ (крупа геркулесовая, молоко 2,5 %, слив. масло 72%, сахар, йодир. соль.)	200/10	21,20	7,78	13,49	36,01	280,06
378	Чай с молоком (чай черный, молоко 2,5 %, сахар)	200	8,00	1,59	1,64	12,38	70,96
ПР	Десерт фруктовый (яблоко)	100	10,00	0,40	0,40	9,80	47,00
ПР	Батон особый	40	3,20	3,08	1,32	19,92	104,80
	Итого:	640	82,40	21,15	24,45	98,81	684,12
Обед							
67	Винегрет овощной (свекла отварная, морковь отварная, горошек консервированный, масло растительное, соль йодированная, картофель отв.)	70	12,00	0,87	6,10	10,02	75,37
98	Суп крестьянский с пшеном на бульоне из цыплят, зеленью (б/к капуста, карт., крупа пшено, морк., лук репч., мясо кури, раст. масло, зелень, йодир. соль)	250/15/1	19,20	9,21	9,50	21,36	170,50
288/30	Цыплята отварные с соусом сметанным с томатом (цыпленок, соль йодированная)	70/30	30,40	15,48	10,45	2,09	165,59
312	Картофельное пюре (картофель, молоко 2,5 %, слив. масло 72%, йодир. соль)	150	23,00	3,28	5,60	22,06	152,24
377	Чай фруктовый (вишня) (чай черный, сахар, вишня св./мор.)	200	5,00	0,10	0,03	10,01	40,66
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/20	4,10	3,75	0,61	22,42	110,40
	Итого:	836	93,70	32,69	32,29	87,96	714,76
	Всего:	1476	176,10	53,84	56,74	186,77	1398,88

Продукты не содержат ГМО