

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

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

Согласовано
 ГБОУ С (О)ОШ № 7
 Директор Мещеряков

5 день цикл. меню (аллергия на куриный белок)

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход, г | Цена, руб | Химический состав | | | ЭЦ, ккал |
|----------------|---|-------------|---------------|-------------------|--------------|---------------|----------------|
| | | | | белки, г | жиры, г | углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | | | |
| 50 | Салат из свеклы с сыром (свекла отварная, чеснок, сыр, масло растительное) | 60 | 14,00 | 2,84 | 5,70 | 4,37 | 80,59 |
| 265 | Плов из свинины (свинина мякоть, крупа рисовая, лук репч. морковь, томат., раст. масло, йодир. соль) | 40/160 | 42,60 | 15,50 | 12,50 | 19,80 | 331,12 |
| 349 | Компот из смеси сухофруктов (смесь сухофруктов, сахар, лимон. кислота) | 200 | 8,00 | 0,00 | 0,00 | 10,00 | 39,97 |
| 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 | 21,23 | 18,67 | 52,08 | 539,28 |
| Обед | | | | | | | |
| 106 | Суп картофельный с рыбными консервами (картофель, морковь, лук репч., крупа, раст. масло, укроп зелень, консервы рыбные, йодир. соль) | 200/1 | 24,84 | 4,75 | 5,31 | 15,06 | 135,10 |
| 14 (2002) /331 | Голубцы с мясом и рисом (ленивые) в соусе сметанном с томатом (б/к капуста, мясо говядины, свинины, яйцо куриное, крупа рисовая, соус- томат. пюре, сметана 15%, мука пшенич., йодир. соль) | 70/30 | 34,00 | 7,40 | 8,10 | 10,97 | 162,50 |
| 312 | Картофельное пюре (картофель, молоко 2,5 %, слив. масло 72%, йодир. соль) | 150 | 23,00 | 3,28 | 5,60 | 22,06 | 152,24 |
| 376 | Чай с сахаром (чай черный, сахар) | 200 | 4,00 | 0,10 | 0,03 | 10,01 | 40,66 |
| ПР | Булочка Ромашка (мука пшенич., раст. масло, соль, сахар, дрожжи.) | 40 | 5,00 | 4,20 | 4,35 | 19,60 | 105,30 |
| ПР | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.) | 30/20 | 4,10 | 3,75 | 0,61 | 22,42 | 110,40 |
| | Итого: | 741 | 94,94 | 23,48 | 24,00 | 100,12 | 706,20 |
| | Всего: | 1241 | 162,74 | 44,71 | 42,67 | 152,20 | 1245,48 |

Продукты не содержат ГМО

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

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

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

5 день цикла меню (молочный белок)

| № 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 | 14,00 | 0,71 | 3,04 | 4,18 | 46,92 |
| 291 | Плов из птицы (мясо кур, крупа рисовая, морковь, лук репч., раст. масло, соль йодир.) | 50/150 | 42,60 | 13,35 | 13,10 | 41,19 | 378,10 |
| 349 | Компот из смеси сухофруктов (смесь сухофруктов, сахар, лимон. кислота) | 200 | 8,00 | 0,00 | 0,00 | 10,00 | 39,97 |
| 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 | 16,95 | 16,61 | 73,28 | 552,59 |
| | Обед | | | | | | |
| 106 | Суп картофельный с рыбными консервами (картофель, морковь, лук репч., крупа, раст. масло, укроп зелень, консервы рыбные, йодир.) | 200/1 | 24,84 | 4,75 | 5,31 | 15,06 | 135,10 |
| 287/540 | Голубцы с мясом и рисом (ленивые) в соусе красном основном (б/к капуста, мясо говядины, свинины, яйцо куриное, крупа рисовая, соус- томат. пюре, мука пшенич., йодир. соль) | 70/30 | 34,00 | 7,40 | 8,10 | 10,97 | 162,50 |
| 200 | Пюре из гороха и картофеля с маслом растительным (картофель, горох лущеный, масло растит., йодир. соль) | 150 | 23,00 | 9,02 | 6,68 | 23,63 | 191,08 |
| 376 | Чай с сахаром (чай черный, сахар) | 200 | 4,00 | 0,10 | 0,03 | 10,01 | 40,66 |
| ПР | Булочка Ромашка (мука пшенич., раст. масло, соль, сахар. дрожжи.) | 40 | 5,00 | 4,20 | 4,35 | 19,60 | 105,30 |
| ПР | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.) | 30/20 | 4,10 | 3,75 | 0,61 | 22,42 | 110,40 |
| | Итого: | 741 | 94,94 | 29,22 | 25,08 | 101,69 | 745,04 |
| | Всего: | 1241 | 162,74 | 46,17 | 41,69 | 174,97 | 1297,63 |

Продукты не содержат ГМО

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

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

Согласовано
 ГБОУ С (О)ОШ № 7
 Директор *Масеев*

5 день цикл. меню (аллергия на рыбу)

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход, г | Цена, руб | Химический состав | | | |
|----------------|--|-------------|---------------|-------------------|--------------|---------------|----------------|
| | | | | белки, г | жиры, г | углеводы, г | ЭЦ, ккал |
| Завтрак | | | | | | | |
| 50 | Салат из свеклы с сыром (свекла отварная, чеснок, сыр, масло растительное) | 60 | 14,00 | 2,84 | 5,70 | 4,37 | 80,59 |
| 291 | Плов из птицы (мясо кур, крупа рисовая, морковь, лук репч., раст. масло, соль йодир.) | 50/150 | 42,60 | 16,85 | 22,00 | 41,19 | 400,85 |
| 349 | Компот из смеси сухофруктов (смесь сухофруктов, сахар, лимон. кислота) | 200 | 8,00 | 0,00 | 0,00 | 10,00 | 39,97 |
| 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 | 22,58 | 28,17 | 73,47 | 609,01 |
| Обед | | | | | | | |
| 101/105 | Суп картофельный с крупой и мясными фрикадельками (картофель, крупа рисовая, лук репч., морковь, масло растит., мясо говяд., лук репчат., яйцо кур., йодир. сол., зелень) | 200/20/1 | 24,84 | 6,61 | 4,04 | 14,92 | 140,21 |
| 14 (2002) /331 | Голубцы с мясом и рисом (ленивые) в соусе сметанном с томатом (б/к капуста, мясо говядины, свинины, яйцо куриное, крупа рисовая, соус- томат. поре, сметана 15%, мука пшенич., йодир. соль) | 70/30 | 34,00 | 7,40 | 5,48 | 6,97 | 162,50 |
| 312 | Картофельное пюре (картофель, молоко 2,5 %, слив. масло 72%, йодир. соль) | 150 | 23,00 | 3,28 | 5,60 | 22,06 | 152,24 |
| 376 | Чай с сахаром (чай черный, сахар) | 200 | 4,00 | 0,10 | 0,03 | 10,01 | 40,66 |
| ПР | Булочка Ромашка (мука пшеничн., раст. масло, соль, сахар. дрожжи.) | 40 | 5,00 | 3,36 | 3,48 | 23,68 | 139,24 |
| ПР | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.) | 30/20 | 4,10 | 3,75 | 0,61 | 22,42 | 110,40 |
| | Итого: | 741 | 94,94 | 24,50 | 19,24 | 100,06 | 745,25 |
| | Всего: | 1241 | 162,74 | 47,08 | 47,41 | 173,53 | 1354,26 |

Продукты не содержат ГМО

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



Меню на "10" марта 2023г
 Возрастная категория с 12 лет и старше

Согласовано
 ГБОУ С (О)ОШ № 7-г
 Директор *Масеев*

5 день цикла меню (аллергия на рыбу)

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход, г | Цена, руб | Химический состав | | | |
|-------------|--|-------------|---------------|-------------------|--------------|---------------|----------------|
| | | | | белки, г | жиры, г | углеводы, г | ЭЦ, ккал |
| | Завтрак | | | | | | |
| 50 | Салат из свеклы с сыром (свекла отварная, чеснок, сыр, масло растительное) | 60 | 14,00 | 2,84 | 5,70 | 4,37 | 80,59 |
| 291 | Плов из птицы (мясо кур, крупа рисовая, морковь, лук репч., раст. масло, соль йодир.) | 60/180 | 55,80 | 20,22 | 26,40 | 49,41 | 516,86 |
| 349 | Компот из смеси сухофруктов (смесь сухофруктов, сахар, лимон. кислота) | 200 | 8,00 | 0,00 | 0,00 | 10,00 | 39,97 |
| ПР | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.) (мука) | 30/25 | 4,60 | 4,05 | 0,66 | 24,64 | 120,90 |
| | Итого: | 555 | 82,40 | 27,11 | 32,76 | 88,42 | 758,32 |
| | Обед | | | | | | |
| 101/105 | Суп картофельный с крупой и мясными фрикадельками (картофель, крупа рисовая, лук репч., морковь, масло растит., мясо говяд., лук репчат., яйцо кур., йодир. сол., зелень) | 200/20/1 | 25,20 | 6,61 | 4,04 | 14,92 | 140,21 |
| 287 | Голубцы с мясом и рисом (ленивые) в соусе сметанном с томатом (б/к капуста, мясо говядины, свинины, яйцо куриное, крупа рисовая, соус- томат. пюре, сметана 15%, мука пшенич., | 70/25 | 32,40 | 7,40 | 8,10 | 10,97 | 162,50 |
| 312 | Картофельное пюре (картофель, молоко 2,5 %, слив. масло 72%, йодир. соль) | 150 | 23,00 | 3,28 | 5,60 | 22,06 | 152,24 |
| 376 | Чай с сахаром (чай черный, сахар) | 200 | 4,00 | 0,10 | 0,03 | 10,01 | 40,66 |
| ПР | Булочка Ромашка (мука пшеничн., раст. масло, соль, сахар, дрожжи.) | 40 | 5,00 | 4,20 | 4,35 | 19,60 | 105,30 |
| ПР | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.) | 30/20 | 4,10 | 3,75 | 0,61 | 22,42 | 110,40 |
| | Итого: | 786 | 93,70 | 25,34 | 22,73 | 99,98 | 711,31 |
| | Всего: | 1341 | 176,10 | 52,45 | 55,49 | 188,40 | 1469,63 |

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

С.А. Кустова 1. *С.А. Кустова*