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

Согласовано
ГБОУ С (О)ОШ № 7
Директор_____

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

15 день цикл. меню(аллергия на куриный белок)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
	Завтрак						
45	Салат из б/к капусты с кукурузой (капуста б/к,кукуруза консервированная, морковь,масло растительное,соль йодированная)	60	6,00	1,16	2,73	5,72	49,39
251	Свинина тушеная с томатом и луком (мякоть свинина, лук репч., томат. пюре, раст. масло, йодир.соль)	40/50	41,60	13,24	11,08	2,40	162,43
302	Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая,соль йодированная,масло сливочное)	150	13,00	9,02	6,69	40,81	259,18
376	Чай с сахаром (чай черный, сахар)	200	4,00	0,10	0,03	10,01	40,66
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный	20/20	3,20	2,89	0,47	17,91	87,60
	Итого:	**540**	**67,80**	**26,41**	**21,00**	**76,85**	**599,26**
	Дополнительная витаминизация						
ПР	Сок фруктовый в индивидуальной упаковке	**200**	**18,01**	**0,20**	**0,26**	**22,60**	**92,00**
	Обед						
108/109	Суп картофельный с клецками на мясном бульоне с зеленью (картофель, морковь, лук репч.,пшен. мука, яйцо кур., раст.масло, укроп зелень, йодир. соль)	200/1	19,24	3,69	6,84	22,30	153,53
241	Мясо отварное свинина (мясо свинина, соль йодированная)	50	30,25	11,30	15,80	0,00	187,50
142/330	Картофель и овощи, тушенные в соусе сметанном (картофель п/ф., морковь, лук репчат., масло растит., йодир. соль,соус-сметана 15%, мука пшенич., йодир.соль)	140/30	23,35	3,84	11,61	39,17	237,10
389	Сок фруктовый (в ассортименте)	200	13,00	0,20	0,26	22,60	92,00
ПР	Булочка Ромашка (мука пшеничн., раст.масло, дрожжи, соль, сахар)	40	5,00	3,36	3,48	43,00	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:	**721**	**94,94**	**26,14**	**38,60**	**149,49**	**919,77**
	Всего:	**1261**	**162,74**	**52,55**	**59,60**	**226,34**	**1519,03**
	Дополнительная витаминизация						
ПР	Сок фруктовый в индивидуальной упаковке	**200**	**18,01**	**0,20**	**0,26**	**22,60**	**92,00**

Продукты не содержат ГМО

Утверждаю

МУП"Школьное питание"г.о.Жигулевск

Директор_____ С.А.Кустова

Согласовано

ГБОУ С (О)ОШ № 7

Директор_____

Меню на "10" ноября 2023 г.

Возрастная категория с 7 до 11 лет

15 день цикл. меню(молочный белок)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
	Завтрак						
45	Салат из б/к капусты с кукурузой (капуста б/к,кукуруза консервированная, морковь,масло растительное,соль йодированная)	60	6,00	1,16	2,73	5,72	49,39
251	Свинина тушеная с томатом и луком (мякоть свинина, лук репч., томат. пюре, раст. масло, йодир.соль)	40/50	41,60	13,24	11,08	2,40	162,43
302	Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая,соль йодированная,масло сливочное)	150	13,00	9,02	6,69	40,81	259,18
376	Чай с сахаром (чай черный, сахар)	200	4,00	0,10	0,03	10,01	40,66
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный	20/20	3,20	2,89	0,47	17,91	87,60
	Итого:	**540**	**67,80**	**26,41**	**21,00**	**76,85**	**599,26**
	Дополнительная витаминизация						
ПР	Сок фруктовый в индивидуальной упаковке	**200**	**18,01**	**0,20**	**0,26**	**22,60**	**92,00**
	Обед						
108/109	Суп картофельный с клецками на бульоне из мяса цыплят, зеленью (картофель, морковь, лук репч.,мясо кур., пшен. мука, яйцо кур., раст.масло,укроп зелень, йодир. соль)	200/15/10/1	18,19	7,38	7,59	19,19	174,98
295/540	Котлеты рубленые из цыплят с соусом красным основным (мясо кур., пшен. хлеб, молоко 2,5 %, пшен. сухари, раст.масло, йодир.сол,томатное пюре))	60/30	34,65	10,75	12,47	30,96	199,61
142/540	Картофель и овощи, тушенные в соусе красном основном (картофель п/ф., морковь, лук репчат., масло растит., йодир. соль,мука пшенич., йодир.соль)	150/30	20,00	4,08	12,35	31,12	252,63
389	Сок фруктовый (в ассортименте)	200	13,00	0,20	0,26	22,60	92,00
ПР	Булочка Ромашка (мука пшеничн., раст.масло, дрожжи, соль, сахар)	40	5,00	3,36	3,48	43,00	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:	**786**	**94,94**	**29,52**	**36,76**	**169,29**	**968,86**
	Всего:	**1326**	**162,74**	**55,93**	**57,76**	**246,14**	**1568,12**
	Дополнительная витаминизация						
ПР	Сок фруктовый в индивидуальной упаковке	**200**	**18,01**	**0,20**	**0,26**	**22,60**	**92,00**

Продукты не содержат ГМО

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

Согласовано
ГБОУ С (О)ОШ № 7
Директор_____

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

15 день цикл. меню(аллергия на рыбу)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
	Завтрак						
45	Салат из б/к капусты с кукурузой (капуста б/к,кукуруза консервированная, морковь,масло растительное,соль йодированная)	60	6,00	1,16	2,73	5,72	49,39
251	Свинина тушеная с томатом и луком (мякоть свинина, лук репч., томат. пюре, раст. масло, йодир.соль)	40/50	41,60	13,24	11,08	2,40	162,43
302	Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая,соль йодированная,масло сливочное)	150	13,00	9,02	6,69	40,81	259,18
376	Чай с сахаром (чай черный, сахар)	200	4,00	0,10	0,03	10,01	40,66
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный	20/20	3,20	2,89	0,47	17,91	87,60
	Итого:	**540**	**67,80**	**26,41**	**21,00**	**76,85**	**599,26**
	Дополнительная витаминизация						
ПР	Сок фруктовый в индивидуальной упаковке	**200**	**18,01**	**0,20**	**0,26**	**22,60**	**92,00**
	Обед						
108/109	Суп картофельный с клецками на бульоне из мяса цыплят, зеленью (картофель, морковь, лук репч.,мясо кур., пшен. мука, яйцо кур., раст.масло,укроп зелень, йодир. соль)	200/15/10/1	18,19	7,38	7,59	19,19	174,98
295/540	Котлеты рубленые из цыплят с соусом красным основным (мясо кур., пшен. хлеб, молоко 2,5 %, пшен. сухари, раст.масло, йодир.сол,томатное пюре))	60/30	31,30	10,75	12,47	10,96	199,61
142/330	Картофель и овощи, тушенные в соусе сметанном (картофель п/ф., морковь, лук репчат., масло растит., йодир. соль,соус-сметана 15%, мука пшенич., йодир.соль)	140/30	23,35	3,84	11,61	29,17	237,10
389	Сок фруктовый (в ассортименте)	200	13,00	0,20	0,26	22,60	92,00
ПР	Булочка Ромашка (мука пшенич., раст.масло, дрожжи, соль, сахар)	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:	**776**	**94,94**	**29,28**	**36,02**	**128,02**	**953,33**
	Всего:	**1316**	**162,74**	**55,69**	**57,02**	**204,87**	**1552,59**
	Дополнительная витаминизация						
ПР	Сок фруктовый в индивидуальной упаковке	**200**	**18,01**	**0,20**	**0,26**	**22,60**	**92,00**

Продукты не содержат ГМО