

Утверждено

МУП "Школьное питание" Жигулевск
 Директор *И.А. Дустова*



Меню на "13" января 2023г
 Возрастная категория с 7 до 11 лет



Согласовано

ГБОУ СОШ № 7
 Директор *Машин*

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

М.В. Машин

Муниципальное предприятие «Школа»
 МУП "Школа" г. Итатинское, Жигулевск
 Директор А.С. Кустова



Согласовано
 ГБОУ С (О)ОШ № 4 от -
 Директор *Машин*

Меню на "13" января 2023г
 Возрастная категория с 12 лет и старше

10 день питания, 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, яйца кур, йодир. соль, морковь, лук репчатый, картофель, мука) | 250/15/1 | 18,20 | 9,5 | 9,99 | 30,93 | 252,16 |
| 279/540 | Тефтели из мяса цыплят с соусом красным основным (фарш кур, крупа рисовая, яйцо кур, лук репчатый, морковь, соус-томат, орегано, мука пшенич., йодир. соль) | 60/25 | 29,40 | 5,10 | 10,74 | 9,52 | 150,30 |
| 200 | Пюре из гороха и картофеля (картофель, горох лущеный, 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 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: | 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 *Машин* / *Линькова М.А.*

Утверждено
 МУП "Школа питания" г. Дзугулевск
 Директор А.С. Жустова

Согласовано
 ГБОУ С (О)ОШ № 4 от.
 / Директор Молчан

Меню на "13" января 2023г

ОВЗ. Возрастная категория с 7 до 11 лет. Возрастная категория с 12 лет и старше

10 день питания 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, йод. соль) | 200/15/1 | 17,84 | 5,24 | 4,90 | 29,00 | 180,95 |
| 279/540 | Тефтели из мяса цыплят с соусом красным основным (фарш кур, крупа рисовая, яйца 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 лущеный, 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

Молчан / Жустова А.С.