

Утверждаю

МУП "Школьное питание" г.о. Жигулевск

Директор / *А.С. Кустова*



Согласовано

ГБОУ С (О)ОШ № *4/мш*

Директор *Мессер*

Меню на "17" марта 2023г

Возрастная категория с 7 до 11 лет

10 день цикл: меню

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход, г | Цена, руб | Химический состав | | | |
|-------------|---|------------|--------------|-------------------|--------------|--------------|---------------|
| | | | | белки, г | жиры, г | углеводы, г | ЭЦ, ккал |
| | <i>Завтрак</i> | | | | | | |
| 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 репч.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

Александр Александрович

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

Согласовано
 ГБОУ С (О)ОШ № 4 ст.
 Директор Маслова

Меню на "17" марта 2023г
 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 репч., 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, суповые хлопья, филе куриное, морковь, лук репч., картофель, мясо) | 250/15/1 | 18,20 | 9,5 | 9,99 | 30,93 | 252,16 |
| 279/540 | Тефтели из мяса цыплят с соусом красным основным (филе кур, крупа рисовая, яйцо кур., лук репч., морковь, соус-томат, шпоре, мука пшенич., йодир. соль) | 70/30 | 39,00 | 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) | 140 | 20,40 | 10,41 | 7,71 | 27,27 | 220,48 |
| 388 | Напиток из плодов шиповника (плоды шиповника суш., сахар, лимон, ксил.) | 200 | 12,00 | 0,00 | 0,00 | 9,98 | 39,90 |
| ПР | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.) | 30/20 | 4,10 | 3,75 | 0,61 | 22,42 | 110,40 |
| | Итого: | 756 | 93,70 | 28,76 | 29,05 | 100,12 | 773,24 |
| | Всего: | 1281 | 176,10 | 52,90 | 46,08 | 197,00 | 1411,56 |

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством Маслова М.А.

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

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

Меню на "17" марта 2023г

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

10 день цикл 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 репч. 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 репч., 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 (филе кур, крупа рисовая, яйца кур., лук репч., морковь, соус-томат. пюре, мука пшенич., йодир. соль) | 70/30 | 39,00 | 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 | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.) | 30/20 | 4,10 | 3,75 | 0,61 | 22,42 | 110,40 |
| | Итого: | 716 | 94,94 | 24,50 | 23,96 | 98,19 | 702,03 |
| | Всего: | 1216 | 162,74 | 43,70 | 40,00 | 165,37 | 1270,00 |

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

Александр Александрович