

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

Меню на "20" января 2023г.  
 Возрастная категория с 7 до 11 лет

Согласовано  
 ГБОУ СОУОШ № 1  
 Директор

15 день питания меню (аллергия на куриный белок)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
<b>Завтрак</b>							
45	Салат из белокочанной капусты с морковью (капуста б/к., морковь, лук репч., раст. масло, йодир. соль)	60	6,00	0,93	3,05	5,65	54,36
251	Свинина тушеная с томатом и луком (мякоть свинины, лук репч., томат. пюре, раст. масло, йодир. соль)	30/20	26,60	7,40	8,80	2,40	136,48
302	Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, сл. масло, йодир. соль)	170	20,00	7,90	6,69	40,81	259,18
388	Напиток из плодов шиповника (плоды шиповника суш., сахар, лимон. кисл.)	200	12,00	0,00	0,00	9,48	39,90
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	20/20	3,20	2,89	0,47	17,91	87,60
	<b>Итого:</b>	<b>520</b>	<b>67,80</b>	<b>19,12</b>	<b>19,01</b>	<b>76,25</b>	<b>577,52</b>
<b>Обед</b>							
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
260	Гуляш из свинины (мясо свинины, томатное пюре, лук репчатый, соль йодированная, мука пшеничная)	40/50	36,60	12,46	8,83	10,80	140,73
142/330	Картофель и овощи, тушеные в соусе сметанном (картофель п/ф, морковь, лук репчат., масло растит., йодир. соль, соус-сметана 15%)	150/30	20,00	4,08	6,35	18,10	152,63
377	Чай фруктовый (черноплодная рябина) (чай черный, сахар, рябина св./мор.)	200	5,00	0,10	0,03	15,00	60,61
ПР	Булочка Десертная (мука пшеничная, соль йодированная, дрожжи хлебопекарные, сахар)	50	10,00	4,20	4,35	29,60	174,05
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный	30/20	4,10	3,75	0,61	22,42	110,40
	<b>Итого:</b>	<b>771</b>	<b>94,94</b>	<b>28,28</b>	<b>27,01</b>	<b>118,22</b>	<b>791,95</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1291</b>	<b>162,74</b>	<b>47,40</b>	<b>46,02</b>	<b>194,47</b>	<b>1369,47</b>

Продукты не содержат ГМО

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

Меню на "20" января 2023 г.  
 Возрастная категория с 7 до 11 лет

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

15 день цикла меню (аллергия на молочный белок)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
	<b>Завтрак</b>						
45	Салат из белокочанной капусты с морковью (капуста б/к., морковь, лук репч., раст. масло, йодир. соль)	60	6,00	0,93	3,05	5,65	54,36
251	Свинина тушеная с томатом и луком (мякоть свинина, лук репч., томат. пюре, раст. масло, йодир. соль)	30/20	26,60	7,40	8,80	2,40	136,48
302	Каша гречневая рассыпчатая с маслом растительным (каша гречневая, раст. масло, йодир. соль)	170	20,00	7,90	6,69	40,81	259,18
388	Напиток из плодов шиповника (плоды шиповника суш., сахар, лимон. кислота)	200	12,00	0,00	0,00	9,48	39,90
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	20/20	3,20	2,89	0,47	17,91	87,60
	<b>Итого:</b>	<b>520</b>	<b>67,80</b>	<b>19,12</b>	<b>19,01</b>	<b>76,25</b>	<b>577,52</b>
	<b>Обед</b>						
108/109	Суп картофельный с клецками на бульоне из мяса цыплят, зеленой (картофель, морковь, лук репч., мясо кур., пшен. мука, яйцо кур., раст. масло, укроп зелень, йодир. соль)	200/15/10/1	19,24	3,38	3,59	9,19	171,98
295/540	Котлеты рубленые из цыплят с соусом (мясо кур., пшен. хлеб, молоко 2,5 %, пшен. сахар, раст. масло, йодир. сол, томатное пюре)	60/30	36,60	10,75	12,47	10,98	151,60
142/540	Картофель и овощи, тушеные в соусе красном основном (картофель п/ф., морковь, лук репчат., масло растит., йодир. соль, мука пшенич., йодир. соль)	150/30	20,00	4,08	6,35	18,10	152,63
377	Чай фруктовый (черноплодная рябина) (чай черный, сахар, рябина св./мор.)	200	5,00	0,10	0,03	15,00	60,61
ПР	Булочка Десертная (мука пшеничная, соль йодированная, дрожжи хлебопекарные, сахар)	50	10,00	4,20	4,35	29,60	174,05
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/20	4,10	3,75	0,61	22,42	110,40
	<b>Итого:</b>	<b>796</b>	<b>94,94</b>	<b>26,26</b>	<b>27,40</b>	<b>105,29</b>	<b>821,27</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1316</b>	<b>162,74</b>	<b>45,38</b>	<b>46,41</b>	<b>181,54</b>	<b>1398,79</b>

Продукты не содержат ГМО



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

Меню на "20" января 2023 г.  
 Возрастная категория с 7 до 11 лет

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

15 день цикла меню (аллергия на рыбу)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
<b>Завтрак</b>							
45	Салат из белокочанной капусты с морковью (капуста б/к., морковь, лук репч., раст. масло, йодир. соль)	60	6,00	0,93	3,05	5,65	54,36
251	Свинина тушеная с томатом и луком (мякоть свинина, лук репч., томат. пюре, раст. масло, йодир. соль)	30/20	26,60	7,40	8,80	2,40	136,48
302	Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, сл. масло, йодир. соль)	170	20,00	7,90	6,69	40,81	259,18
388	Напиток из плодов шиповника (плоды шиповника суш., сахар, лимон. кисл.)	200	12,00	0,00	0,00	9,48	39,90
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	20/20	3,20	2,89	0,47	17,91	87,60
	<b>Итого:</b>	<b>520</b>	<b>67,80</b>	<b>19,12</b>	<b>19,01</b>	<b>76,25</b>	<b>577,52</b>
<b>Обед</b>							
108/109	Суп картофельный с клецками на бульоне из мяса цыплят, зеленью (картофель, морковь, лук репч., мясо кур., пшен. мука, йодир. соль, раст. масло, укроп зелень, йодир. соль)	200/15/10/1	19,24	3,38	3,59	9,19	171,98
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	36,60	10,75	12,47	10,98	151,60
142/330	Картофель и овощи, тушеные в соусе сметанном (картофель п/ф., морковь, лук репч., раст. масло, йодир. соль, соус-сметана 15%, мука пшенич., йодир. соль)	150/30	20,00	4,08	6,35	18,10	152,63
377	Чай фруктовый (черноплодная рябина) (чай черный, сахар, рябина св./мор.)	200	5,00	0,10	0,03	15,00	60,61
ПР	Булочка Desertная (мука пшеничная, соль йодированная, дрожжи хлебопекарные, сахар)	50	10,00	4,20	4,35	29,60	174,05
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный	30/20	4,10	3,75	0,61	22,42	110,40
	<b>Итого:</b>	<b>796</b>	<b>94,94</b>	<b>26,26</b>	<b>27,40</b>	<b>105,29</b>	<b>821,27</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1316</b>	<b>162,74</b>	<b>45,38</b>	<b>46,41</b>	<b>181,54</b>	<b>1398,79</b>

Продукты не содержат ГМО

Утверждаю

МУП "Школа № 1" г. Жигулевск

Директор *С.А. Кустова*



Меню на "20" января 2023 г.

Возрастная категория с 12 лет и старше

Согласовано

ГБОУ С (О)ОШ № 4

Директор *Машков*

15 день питания меню (аллергия на рыбу)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
<b>Завтрак</b>							
45	Салат из белокочанной капусты с морковью (капуста б/к., морковь, лук репч., раст. масло, йодир. соль)	60	6,00	0,93	3,05	5,65	54,36
251	Свинина тушеная с томатом и луком (мякоть свинины, лук репч., томат. пюре, раст. масло, йодир. соль)	40/15	39,80	7,40	8,80	2,40	136,48
302	Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, сл. масло, йодир. соль)	170	20,00	7,90	6,69	40,81	259,18
388	Напиток из плодов шиповника (плоды шиповника суш., сахар, лимон. кисл.)	200	12,00	0,00	0,00	9,48	39,90
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/25	4,60	4,05	0,66	24,64	120,90
	<b>Итого:</b>	<b>540</b>	<b>82,40</b>	<b>20,28</b>	<b>19,20</b>	<b>82,98</b>	<b>610,82</b>
<b>Обед</b>							
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)	250/15/10/1	20,60	8,19	8,61	23,94	206,44
295/540	Котлеты рубленые из цыплят с соусом красным основным (мясо кур., пшен. хлеб, молоко 2,5 %, пшен. сухари, раст. масло)	60/30	36,00	10,75	12,47	10,98	151,60
142/330	Картофель и овощи, тушеные в соусе сметанном (картофель п/ф., морковь, лук репчат., масло растит., йодир. соль, соус-сметана 15%, мука пшенич., йодир. соль)	140/25	18,00	4,08	6,35	18,10	152,63
377	Чай фруктовый (черноплодная рябина) (чай черный, сахар, рябина сл./мор.)	200	5,00	0,10	0,03	15,00	60,61
ПР	Булочка Десертная (мука пшеничная, соль йодированная, дрожжи, хлебопекарные, сахар)	50	10,00	4,20	4,35	29,60	174,05
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/20	4,10	3,75	0,61	22,42	110,40
	<b>Итого:</b>	<b>841</b>	<b>93,70</b>	<b>31,07</b>	<b>32,42</b>	<b>120,04</b>	<b>855,73</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1381</b>	<b>176,10</b>	<b>51,35</b>	<b>51,62</b>	<b>203,02</b>	<b>1466,55</b>

Продукты не содержат ГМО