

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

Меню на "25" января 2023г  
 Возрастная категория с 7 до 11 лет

Согласовано  
 ГБОУ СОУШ № 7  
 Директор *В.В. Шумилов*

3 день цикла 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>							
67	Винегрет овощной (свекла отварная, морковь отварная, горошек консервированный, масло растительное, соль)	60	10,00	0,87	6,10	8,59	75,37
260	Гуляш из говядины (мясо говядины, лук репчатый, томатное пюре, соль йодированная, мука пшеничная, масло растительное)	30/60	40,60	9,84	6,18	3,70	110,14
303	Каша гречневая вязкая (крупа гречневая, соль)	150	9,00	4,36	5,50	25,66	145,43
377	Чай фруктовый (с/м смородина) (чай черный, сахар, смородина св./мор.)	200	5,00	0,16	0,05	15,44	63,25
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>540</b>	<b>67,80</b>	<b>18,12</b>	<b>18,30</b>	<b>71,30</b>	<b>481,79</b>
<b>Обед</b>							
183/184	Борщ "Украинский" вегетарианский с пампушками, зеленью, сметаной (б/к капуста, картоф., морковь, свекла, лук репч., перец сладкий, томат пюре, сметана 15 %, укроп)	200/20/10/1	26,84	1,62	3,26	17,60	72,15
241	Мясо отварное говядина (мякоть говядины, соль йодированная)	40	32,00	10,28	3,24	0,01	70,00
312	Картофельное пюре (картофель, молоко 2,5 %, слив. масло 72%, йодир. соль)	150	10,00	3,28	5,60	22,06	152,24
388	Напиток из плодов шиповника (плоды шиповника суш., сахар, лимон, кисл.)	200	12,00	0,00	0,00	9,98	39,90
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 (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/20	4,10	3,75	0,61	22,42	110,40
	<b>Итого:</b>	<b>721</b>	<b>94,94</b>	<b>23,13</b>	<b>17,06</b>	<b>101,67</b>	<b>618,74</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1261</b>	<b>162,74</b>	<b>41,25</b>	<b>35,36</b>	<b>172,97</b>	<b>1100,53</b>

Продукты не содержат ГМО

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

Меню на "25" января 2023г  
 Возрастная категория с 7 до 11 лет

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

3 день цикла меню (молочный белок)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
<b>Завтрак</b>							
67	Винегрет овощной (свекла отварная, морковь отварная, горошек консервированный, масло растительное, соль)	60	10,00	0,87	6,10	8,59	75,37
260	Гуляш из говядины (мисо говядины, лук репчатый, томат паста, соль йодированная, мука пшеничная, масло растительное)	30/60	40,60	9,84	6,18	3,70	110,14
303	Каша гречневая вязкая с маслом растительным (крупа гречка, растит. масло, йодир. соль)	150	9,00	8,37	8,42	37,07	258,75
377	Чай фруктовый (с/м смородина) (чай черный, сахар, смородина св./мор.)	200	5,00	0,16	0,05	15,44	63,25
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>540</b>	<b>67,80</b>	<b>22,13</b>	<b>21,22</b>	<b>82,71</b>	<b>595,11</b>
<b>Обед</b>							
183/184	Борщ "Украинский" с пампушками (б/к капуста, картоф., морковь, свекла, лук репч., перец сладкий, мясо птицы, томат пюре, сметана 15 %, укроп зелень, йодир. соль, сахар, к-та лимон., мука пшенич., чеснок, яйцо куриц.)	200/20/15/10/ 1	26,84	5,23	10,02	26,53	215,86
289	Рагу из цыплят (картофель, цыплита, морковь, лук репч., томат. пюре, раст. масло, мука пшеничн., йодир. соль)	50/150	42,00	13,33	12,18	19,44	280,70
388	Напиток из плодов шиповника (плоды шиповника суш., сахар, лимон. кисл.)	200	12,00	0,00	0,00	9,98	39,90
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>746</b>	<b>94,94</b>	<b>26,51</b>	<b>27,16</b>	<b>107,97</b>	<b>820,91</b>
<b>Всего:</b>		<b>1286</b>	<b>162,74</b>	<b>48,64</b>	<b>48,38</b>	<b>190,68</b>	<b>1416,02</b>

Продукты не содержат ГМО



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

Меню на "25" января 2023г  
 Возрастная категория с 7 до 11 лет

Согласовано  
 ГБОУ С (О)ОШ №4  
 Директор *Молочко*

3 день ц.к. меню (дополнения на рыбу)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
<b>Завтрак</b>							
67	Винегрет овощной (свекла отварная, морковь отварная, горошек консервированный, масло растительное, соль йодированная, картофель отварной)	60	10,00	0,87	6,10	8,59	75,37
260	Гуляш из говядины (мясо говядины, лук репчатый, томатное пюре, соль йодированная, мука пшеничная, масло растительное)	30/60	40,60	9,84	6,18	3,70	110,14
303	Каша гречневая вязкая (крупа гречневая, соль йодированная, масло сливочное)	150	9,00	4,36	5,50	25,66	145,43
377	Чай фруктовый (с/м смородина)	200	5,00	0,16	0,05	15,44	63,25
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>540</b>	<b>67,80</b>	<b>18,12</b>	<b>18,30</b>	<b>71,30</b>	<b>481,79</b>
<b>Обед</b>							
183/184	Борщ "Украинский" с пампушками (б/к капуста, картоф., морковь, свекла, лук репч., перец сладкий, мясо птицы, томат пюре, сметана 15 %, укроп зелены, йодир. соль, сахар, к-та лимон., мука пшенич., чеснок, яйцо куриц. )	200/20/15/10/ 1	26,84	5,23	10,02	26,53	215,86
289	Рагу из цыплят (картофель, цыпята, морковь, лук репч., томат. пюре, раст. масло, мука пшенич., йодир. соль)	50/150	42,00	13,33	12,18	19,44	280,70
388	Напиток из плодов шиповника (плоды шиповника суш., сахар, лимон. кисл.)	200	12,00	0,00	0,00	9,98	39,90
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>746</b>	<b>94,94</b>	<b>26,51</b>	<b>27,16</b>	<b>107,97</b>	<b>820,91</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1286</b>	<b>162,74</b>	<b>44,63</b>	<b>45,46</b>	<b>179,27</b>	<b>1302,70</b>

Продукты не содержат ГМО

Утверждаю

МУП "Школьное питание" г.о.Жигулевск

Директор С.А.Кустова



Согласовано

ГБОУ С (О)ОШ № 7

Директор Машин

Меню на "25" января 2023г

Возрастная категория с 12 лет и старше

3 день цикла (послеобеденная аллергия на рыбу)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
<b>Завтрак</b>							
67	Винегрет овощной (свекла отварная, морковь отварная, горошек консервированный, масло растительное, соль йодированная, картофель отварной)	60	10,00	0,87	6,10	8,59	75,37
260	Гуляш из говядины (мясо говядины, лук репчатый, томатное пюре, соль йодированная, мука пшеничная, масло растительное)	40/30	53,80	12,56	7,19	1,71	122,00
303	Каша гречневая вязкая (крупа гречневая, соль йодированная, масло сливочное)	150	9,00	4,36	5,50	25,66	145,43
377	Чай фруктовый (с/м смородина) (чай черный, сахар, смородина с/мор.)	200	5,00	0,16	0,05	15,44	63,25
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный	30/25	4,60	4,05	0,66	24,64	120,90
	<b>Итого:</b>	<b>535</b>	<b>82,40</b>	<b>22,00</b>	<b>19,50</b>	<b>76,04</b>	<b>526,95</b>
<b>Обед</b>							
183/184	Борщ "Украинский" с пампушками (б/к капуста, картоф., морковь, свекла, лук репч., перец сладкий, мясо птицы, томат.пюре, сметана 15 %, укроп зелень, йодир. соль, сахар, к-та лимон., мука)	250/20/15/10/ 1	27,60	10,04	14,8	30,39	256,96
289	Рагу из цыплят (картофель, цыпленок, морковь, лук репч., томат. пюре, раст. масло, мука пшеничн., йодир. соль)	50/140	40,00	13,33	12,18	19,44	280,70
388	Напиток из плодов шиповника (плоды шиповника суш., сахар, лимон. кисл.)	200	12,00	0,00	0,00	9,98	39,90
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>786</b>	<b>93,70</b>	<b>31,32</b>	<b>31,94</b>	<b>111,83</b>	<b>862,01</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1321</b>	<b>176,10</b>	<b>53,32</b>	<b>51,44</b>	<b>187,87</b>	<b>1388,96</b>

Продукты не содержат ГМО