

Утверждаю  
МУП "Школьное питание" г.о.Жигулевск  
Директор \_\_\_\_\_ Т.П.Олисова

Меню на " 05 " октября" 2021г  
Возрастная категория с 12 лет и старше

Согласовано  
ГБОУ С (О)ОШ № 13  
Директор \_\_\_\_\_  
Директор

| №<br>рецепту<br>ры | Наименование блюда                                                    | Выход, г    | Цена, руб     | Химический состав |              |               | Витамины        |              |
|--------------------|-----------------------------------------------------------------------|-------------|---------------|-------------------|--------------|---------------|-----------------|--------------|
|                    |                                                                       |             |               | белки, г          | жиры, г      | углеводы, г   | ЭЦ, ккал        | С, мг        |
|                    | <b>Завтрак</b>                                                        |             |               |                   |              |               |                 |              |
| 32                 | Овощи консервированные(огурец соленый)                                | 20          | 2,00          | 0,16              | 0,02         | 0,34          | 2,60            | 1,00         |
| 251                | Поджарка из филе грудки цыплят                                        | 50/15       | 35            | 13,80             | 18,00        | 2,67          | 228,00          | 1,40         |
| 312                | Картофельное пюре                                                     | 180         | 24            | 3,68              | 5,76         | 24,52         | 164,70          | 0,00         |
| 387                | Напиток из с/м ягод (смесь компотная)                                 | 200         | 6             | 0,20              | 0,05         | 26,62         | 108,83          | 2,83         |
| ПР                 | Хлеб пшеничный/ ржаной                                                | 25/25       | 3             | 3,38              | 0,53         | 24,43         | 115,93          | 0,00         |
|                    | Итого:                                                                | <b>515</b>  | <b>70,00</b>  | <b>21,22</b>      | <b>24,36</b> | <b>78,58</b>  | <b>620,06</b>   | <b>5,23</b>  |
|                    | <b>Обед</b>                                                           |             |               |                   |              |               |                 |              |
| 59                 | Салат из моркови с яблоками                                           | 30          | 4,00          | 0,32              | 0,05         | 2,29          | 11,40           | 1,88         |
| 102                | Суп картофельный с бобовыми ( горох) на бульоне из мяса цыплят,зеленю | 250         | 17,00         | 5,49              | 5,27         | 16,54         | 148,25          | 0,08         |
| 260                | Гуляш из говядины                                                     | 25/30       | 31,00         | 8,73              | 10,07        | 1,73          | 132,60          | 3,14         |
| 302                | Каша гречневая рассыпчатая                                            | 150         | 14,00         | 0,66              | 0,45         | 32,01         | 132,80          | 2,83         |
| 646                | Напиток лимонный                                                      | 200         | 9,00          | 0,14              | 0,02         | 24,43         | 101,20          | 0,15         |
| ПР                 | Хлеб пшеничный/ ржаной                                                | 30/20       | 3,10          | 3,49              | 0,52         | 24,37         | 116,12          | 0,00         |
|                    | Итого:                                                                | <b>735</b>  | <b>78,10</b>  | <b>18,83</b>      | <b>16,38</b> | <b>101,37</b> | <b>642,37</b>   | <b>8,08</b>  |
|                    | <b>Всего:</b>                                                         | <b>1250</b> | <b>148,10</b> | <b>40,05</b>      | <b>40,74</b> | <b>179,95</b> | <b>1 262,43</b> | <b>13,31</b> |

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством \_\_\_\_\_ /  /

Утверждаю  
МУП "Школьное питание" г.о.Жигулевск  
Директор \_\_\_\_\_ Т.П.Олисова

Меню на " 05 " октября " 2021г

Согласовано  
ГБОУ С (О)ОШ № 13  
Директор \_\_\_\_\_ ШИЛИН

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

| №<br>рецепту<br>ры | Наименование блюда                                                     | Выход, г    | Цена, руб     | Химический состав |              |               | Витамины      |              |
|--------------------|------------------------------------------------------------------------|-------------|---------------|-------------------|--------------|---------------|---------------|--------------|
|                    |                                                                        |             |               | белки, г          | жиры, г      | углеводы, г   | ЭЦ, ккал      | С, мг        |
|                    | <b>Завтрак</b>                                                         |             |               |                   |              |               |               |              |
| 32                 | Овощи консервированные(огурец соленый)                                 | 20          | 2,00          | 0,16              | 0,02         | 0,34          | 2,60          | 1,00         |
| 251                | Поджарка из филе грудки цыплят                                         | 35/15       | 27,00         | 9,60              | 12,51        | 1,85          | 157,85        | 0,95         |
| 312                | Картофельное пюре                                                      | 150         | 21,00         | 3,06              | 4,80         | 20,44         | 137,25        | 25,80        |
| 387                | Напиток из с/зам ягод (компотная смесь)                                | 200         | 6,00          | 0,20              | 0,05         | 26,62         | 108,83        | 2,83         |
| ПР                 | Хлеб пшеничный/ ржаной                                                 | 30/20       | 3,10          | 3,49              | 0,52         | 24,37         | 116,12        | 0,00         |
|                    | <b>Итого:</b>                                                          | <b>495</b>  | <b>59,10</b>  | <b>16,51</b>      | <b>17,90</b> | <b>73,62</b>  | <b>522,65</b> | <b>30,58</b> |
|                    | <b>Обед</b>                                                            |             |               |                   |              |               |               |              |
| 59                 | Салат из моркови с яблоками                                            | 30          | 4,00          | 0,32              | 0,05         | 2,29          | 11,40         | 1,88         |
| 102                | Суп картофельный с бобовыми ( горох) на бульоне из мяса цыплят,зеленью | 250         | 17,00         | 5,49              | 5,27         | 16,54         | 148,25        | 0,08         |
| 260                | Гуляш из говядины                                                      | 25/30       | 31,00         | 8,73              | 10,07        | 1,73          | 132,60        | 3,14         |
| 302                | Каша гречневая рассыпчатая                                             | 130         | 12,00         | 7,45              | 5,28         | 33,48         | 211,25        | 0,00         |
| 646                | Напиток лимонный                                                       | 200         | 9,00          | 0,14              | 0,02         | 24,43         | 101,20        | 0,15         |
| ПР                 | Хлеб пшеничный/ ржаной                                                 | 25/30       | 3,40          | 3,49              | 0,52         | 24,37         | 116,12        | 0,00         |
|                    | <b>Итого:</b>                                                          | <b>735</b>  | <b>76,40</b>  | <b>25,62</b>      | <b>21,21</b> | <b>102,84</b> | <b>720,82</b> | <b>5,25</b>  |
|                    | <b>Всего:</b>                                                          | <b>1200</b> | <b>135,50</b> | <b>29,11</b>      | <b>21,73</b> | <b>127,21</b> | <b>836,94</b> | <b>5,25</b>  |

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством \_\_\_\_\_ / *Ш* /