

Утверждаю

МУП "Школьное питание" г.о.Жигулевск

Директор Т.П.Олисова

Согласовано

ГБОУ СОШ № 13
 Директор
 К.Ф.

Меню на " 04 "марта" 2022г
 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							
25/2004г.	Салат "Степной" из разных овощей (картофель, морковь, лук репч., огурец консервиров., зел. горошек конс., раст. масло, йодир. соль)	70	9,00	1,20	4,00	5,00	56,00
265	Плов из свинины (свинина мякоть, крупа рисовая, лук репч., томат, раст. масло, йодир. соль)	45/180	50,00	16,00	37,00	34,00	530,00
388	Напиток из плодов шиповника (плоды шиповника суш., сахар, лимон. кисл.)	200	12,00	0,68	0,28	20,76	88,20
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/25	4,60	3,55	0,60	22,55	110,00
Итого:		550	75,60	21,43	41,88	82,31	784,20
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)	250	21,30	9,18	14,36	19,71	192,03
231	Поджарка из рыбы (рыба) минтай- филе, мука пшенич., лук репч., раст.масло)	65	32,00	9,00	6,00	7,00	119,00
312/321	Картофельное пюре/ Капуста тушеная картофель, молоко 2,5 %, слив. масло 72%, йодир.соль/ (капуста белокочанная, морковь, лук репч., слив. масло 72%, томат.пюре, лим.к-та, йодир.соль, мука пшенич, сахар)	100/50	23,00	3,40	4,80	18,30	129,00
377	Чай фруктовый (с/м смородина черн.) (чай черный, сахар, смородина черн. св./мор.)	200	4,00	0,13	0,02	15,20	62,00
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/20	4,10	3,50	0,88	22,00	109,00
Итого:		715	84,40	25,21	26,06	82,21	611,03
Всего:		1265	160,00	46,64	67,94	164,52	1395,23

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством _____

Handwritten signature

Утверждаю

МУП "Школьное питание" г.о. Жигулевск

Директор Т.П.Олисова

ГБОУ СОШ № 13

Директор

Меню на " 04 "марта" 2022г

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							
25/2004г.	Салат "Степной" из разных овощей (картофель, морковь, лук репч., огурец консервиров., зел. горошек конс., раст. масло, йодир. соль)	60	7,00	0,88	3,71	4,58	53,74
265	Плов из свинины (свинина мякоть, крупа рисовая, лук репч., томат., раст. масло, йодир. соль)	35/160	40,00	16,00	37,00	33,00	503,00
388	Напиток из плодов шиповника (плоды шиповника суш., сахар, лимон. кисл.)	200	12,00	0,68	0,28	20,76	88,20
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	20/20	3,20	2,90	0,82	17,90	89,00
Итого:		495	62,20	20,46	41,81	76,24	733,94
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	19,00	8,16	12,18	15,77	163,21
231	Поджарка из рыбы (рыба) минтай- филе, мука пшеничн., лук репч., раст.масло)	65	32,00	9,00	6,00	7,00	119,00
312/321	Картофельное пюре/ Капуста тушеная картофель, молоко 2,5 %, слив. масло 72%, йодир.соль/ (капуста белокочанная, морковь, лук репч., слив. масло 72%, томат.пюре, лим.к-та, йодир.соль, мука пшенич, сахар)	130/50	28,00	4,20	5,76	22,40	156,60
377	Чай фруктовый (с/м смородина черн.) (чай черный, сахар, смородина черн. св./мор.)	200	4,00	0,13	0,02	15,20	62,00
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/20	4,10	3,50	0,88	22,00	109,00
Итого:		695	87,10	24,99	24,84	82,37	609,81
Всего:		1190	149,30	45,45	66,65	158,61	1343,75

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством _____

