

Утверждаю

Согласовано

МУП "Школьное питание" г.о. Жигулевск

ГБОУ СОШ № 13

№ 1312

Директор Т.П.Олисова

Директор

Меню на " 11 " апреля 2022г

Возрастная категория с 7 до 11 лет

1 день цикл. меню

Химический состав

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
Завтрак							
71	Овощи свежие (огурцы порционно)	15	4,00	0,10	0,00	0,38	2,00
258	Мясо духовое (свинина мякоть, раст. масло, картофель, морковь, лук репч., мука пшен., йодир. соль)	40/130	51,00	14,23	10,42	17,09	219,32
376	Чай с сахаром (чай черный, сахар)	200	4,00	0,07	0,02	15,00	60,00
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	20/20	3,20	2,90	0,82	17,90	89,00
дополнительная витаминизация							
ПР	Сок фруктовый в индивидуальной упаковке	200	16,55	1,00	0,20	20,20	86,60
Итого:		625	78,75	18,30	11,46	70,57	456,92
Обед							
93	Щи по-уральски на бульоне из мяса цыплят, зел. (б/к капуста, карт., томат. пюре, морк., лук репч., крупа пшено, мясо кур., сметана 15%, масло растит., укроп зелень, йодир. соль)	200	22,00	6,28	9,30	10,20	150,66
293/331	Цыпленки порциями с соусом сметанным с томатом (цыпленки порц., томатная паста, сметана 15%, раст. масло, чеснок, йодир. соль)	60/50	41,00	16,00	14,00	0,04	189,00
304	Рис отварной (крупа рисовая, слив. масло 72%, йодир. соль)	140	14,00	3,81	6,11	40,01	230,31
377	Чай фруктовый (с/м смородина) (чай черный, сахар, смородина св./мор.)	200	6,00	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
дополнительная витаминизация							
ПР	Сыр плавленый ломтевой сливочный классич.	18	16,55	1,75	4,73	0,86	50,75
Итого:		718	103,65	31,47	35,04	88,31	791,72
Всего:		1343	182,40	49,77	46,50	158,88	1248,64

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

Алексей - [подпись]

Утверждаю

МУП "Школьное питание" г.о.Жигулевск

Директор Т.П.Олисова

Согласовано
ГБОУ СОШ № 13

Меню на " 11 " апреля 2022г

Возрастная категория с 12 лет и старше

1 день цикл. меню

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
Завтрак							
71	Овощи свежие (огурцы порционно)	25	6,00	0,20	0,03	0,63	3,50
258	Мясо духовое (свинина мякоть, раст. масло, картофель, морковь, лук репч., мука пшен., йодир. соль)	45/180	61,00	16,59	13,45	23,66	282,44
376	Чай с сахаром (чай черный, сахар)	200	4,00	0,07	0,02	15,00	60,00
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/25	4,60	3,55	0,60	22,60	110,00
Итого:		505	75,60	20,41	14,10	61,89	455,94
Обед							
93	Щи по-уральски на бульоне из мяса цыплят, зеленью (б/к капуста, карт., томат. пюре, морк., лук репч., крупа пшено, мясо кур., сметана 15%, масло растит., укроп зелень; йодир. соль)	250	24,30	6,76	10,38	12,64	172,12
293	Цыплята порциями (цыплята порц., сметана 15%, раст. масло, чеснок, йодир. соль)	60	37,00	16,00	14,00	0,04	189,00
304	Рис отварной (крупа рисовая, слив. масло 72%, йодир. соль)	130	13,00	3,16	4,66	31,79	181,74
377	Чай фруктовый (с/м смородина) (чай черный, сахар, смородина св./мор.)	200	6,00	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:		690	84,40	29,55	29,94	81,67	713,86
Всего:		1195	160,00	49,96	44,04	143,56	1 169,80

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством _____ / _____ /

AP