

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

Меню на " 13 " апреля 2022г  
 Возрастная категория с 7 до 11 лет

Согласовано  
 ГБОУ СОШ № 13

Директор \_\_\_\_\_

3 день цикл. меню

| № рецептуры                         | Наименование блюда  | Выход, г    | Цена, руб     | Химический состав |              |               |                 |
|-------------------------------------|---|-------------|---------------|-------------------|--------------|---------------|-----------------|
|                                     |   |             |               | белки, г          | жиры, г      | углеводы, г   | ЭЦ, ккал        |
| <b>Завтрак</b>                      |   |             |               |                   |              |               |                 |
| 71                                  | Овощи свежие (помидоры порционно)   | 20          | 6,00          | 0,22              | 0,04         | 0,76          | 4,80            |
| 251                                 | Свинина тушеная с томатом и луком<br>(мякоть свинина, лук репч., томат. пюре, раст. масло, йодир. соль)   | 30/15       | 30,00         | 7,80              | 22,20        | 2,05          | 238,00          |
| 302                                 | Каша гречневая рассыпчатая<br>( крупа гречка, сл. масло, йодир. соль)   | 130         | 17,00         | 7,82              | 5,80         | 35,37         | 224,62          |
| 377                                 | Чай фруктовый (с/м смородина)<br>(чай черный, сахар смородина св/мор)   | 200         | 6,00          | 0,13              | 0,02         | 15,20         | 62,00           |
| ПР                                  | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный<br>(мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)   | 20/20       | 3,20          | 2,90              | 0,82         | 17,90         | 89,00           |
| <b>дополнительная витаминизация</b> |   |             |               |                   |              |               |                 |
| 338                                 | Десерт фруктовый (апельсин свежий порционно)  | 80          | 16,55         | 1,00              | 0,20         | 9,00          | 43,00           |
| <b>Итого:</b>                       |   | <b>515</b>  | <b>78,75</b>  | <b>19,87</b>      | <b>29,08</b> | <b>80,28</b>  | <b>661,42</b>   |
| <b>Обед</b>                         |   |             |               |                   |              |               |                 |
| 71                                  | Овощи свежие (огурцы порционно)   | 15          | 4,00          | 0,10              | 0,00         | 0,38          | 2,00            |
| 183/184                             | Борщ "Украинский" с пампушками<br>(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 курин. ) | 200/20      | 25,00         | 3,55              | 5,64         | 23,12         | 166,32          |
| 289                                 | Рагу из цыплят<br>(картофель, цыплята, морковь, лук репч., томат. пюре, раст. масло, мука пшенич., йодир. соль)   | 40/150      | 41,00         | 12,79             | 16,39        | 19,44         | 277,37          |
| 388                                 | Напиток из плодов шиповника<br>(плоды шиповника суш., сахар, лимон. кисл.)  | 200         | 13,00         | 0,68              | 0,28         | 20,76         | 88,20           |
| ПР                                  | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный<br>(мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)   | 30/20       | 4,10          | 3,49              | 0,88         | 22,00         | 109,00          |
| <b>дополнительная витаминизация</b> |   |             |               |                   |              |               |                 |
| 338                                 | Десерт фруктовый (яблоко свежее порционно)  | 100         | 16,55         | 1,00              | 0,40         | 10,00         | 44,40           |
| <b>Итого:</b>                       |   | <b>775</b>  | <b>103,65</b> | <b>21,61</b>      | <b>23,59</b> | <b>95,70</b>  | <b>687,29</b>   |
| <b>Всего:</b>                       |   | <b>1290</b> | <b>182,40</b> | <b>41,48</b>      | <b>52,67</b> | <b>175,98</b> | <b>1 348,71</b> |

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством \_\_\_\_\_

*А. В. С.* / *А. В. С. И. И.*



Утверждаю

Согласовано

МУНИЦИПАЛЬНОЕ бюджетное учреждение "г.о. Жигулевск"

ГБОУ СОШ № \_\_\_\_\_

Директор \_\_\_\_\_ Т.П.Олисова

Меню на " 13 " апреля 2022г

Директор \_\_\_\_\_

Возрастная категория с 12 лет и старше

3 день цикл. меню

| № рецептуры    | Наименование блюда  | Выход, г    | Цена, руб     | Химический состав |              |               |                 |
|----------------|---|-------------|---------------|-------------------|--------------|---------------|-----------------|
|                |   |             |               | белки, г          | жиры, г      | углеводы, г   | ЭЦ, ккал        |
| <b>Завтрак</b> |   |             |               |                   |              |               |                 |
| 71             | Овощи свежие (помидоры порционно)   | 20          | 6,00          | 0,22              | 0,04         | 0,76          | 4,80            |
| 251            | Свинина тушеная с томатом и луком<br>(мякоть свинина, лук репч., томат. пюре, раст. масло, йодир. соль)   | 40/15       | 41,00         | 8,60              | 24,50        | 2,20          | 262,00          |
| 302            | Каша гречневая рассыпчатая<br>( крупа гречка, сл. масло, йодир. соль)   | 140         | 18,00         | 8,02              | 5,69         | 36,06         | 227,50          |
| 377            | Чай фруктовый (с/м смородина)<br>(чай черный, сахар, смородина св./мор.)  | 200         | 6,00          | 0,13              | 0,02         | 15,20         | 62,00           |
| ПР             | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный<br>(мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)   | 30/25       | 4,60          | 3,50              | 0,60         | 22,50         | 110,00          |
|                | <b>Итого:</b>   | <b>470</b>  | <b>75,60</b>  | <b>20,47</b>      | <b>30,85</b> | <b>76,72</b>  | <b>666,30</b>   |
| <b>Обед</b>    |   |             |               |                   |              |               |                 |
| 183/184        | Борщ "Украинский" с пампушками<br>(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.) | 250/20      | 27,30         | 3,96              | 6,64         | 25,77         | 189,72          |
| 289            | Рагу из цыплят<br>(картофель, цыплята, морковь, лук репч., томат. пюре, раст. масло, мука пшенич., йодир. соль)   | 50/160      | 48,00         | 15,51             | 18,53        | 20,74         | 312,80          |
| 377            | Чай фруктовый с яблоками<br>(чай черный, сахар, лимон св.)  | 200         | 5,00          | 0,12              | 0,05         | 15,60         | 63,43           |
| ПР             | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный<br>(мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)   | 30/20       | 4,10          | 3,50              | 0,88         | 22,00         | 109,00          |
|                | <b>Итого:</b>   | <b>730</b>  | <b>84,40</b>  | <b>23,13</b>      | <b>26,08</b> | <b>83,72</b>  | <b>674,51</b>   |
|                | <b>Всего:</b>   | <b>1200</b> | <b>160,00</b> | <b>43,60</b>      | <b>56,93</b> | <b>160,44</b> | <b>1 340,81</b> |

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством \_\_\_\_\_