

Утверждаю

МУП "Школьное питание" г.о.Жигулевск

Директор Т.П.Олисова

ГБОУ СОШ №

Согласовано

Меню на " 14" марта" 2022г

Возрастная категория с 12 лет и старше

1 день цикл. меню

№ рецептура	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
<b>Завтрак</b>							
ПР/331	Тефтели из мяса индейки с соусом (филе индейки, крупа рис, яйцо кур., лук репч., соус- томат. пюре, сметана 15%, мука пшенич., йодир. соль)	90/25	35,00	1,84	1,14	4,80	200,09
204	Макароны отварные с сыром (макароны из пшен. муки, сыр п/тв. 45%, слив. масло 72%, йодир. соль)	160/25	33,00	12,52	14,70	31,50	309,00
376	Чай с сахаром (чай черный, сахар)	200	3,00	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
	<b>Итого:</b>	<b>555</b>	<b>75,60</b>	<b>17,98</b>	<b>16,46</b>	<b>73,90</b>	<b>679,09</b>
<b>Обед</b>							
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	21,30	6,76	10,38	12,64	172,12
293(ПР) /331	Цыплята жареные (голень)/соус (цыплята порц., сметана 15%, раст. масло, йодир. соль, соус- томат. пюре, сметана 15%, мука пшенич., йодир. соль)	90/25	35,00	20,05	20,78	1,93	274,86
305/136	Рис с овощами (крупа рисовая, морковь, лук репч., раст. масло, слив. масло, йодир. соль)	130	14,00	3,70	6,00	35,00	265,00
389	Сок фруктовый в ассортименте	200	10,00	1,00	0,20	20,20	92,00
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/20	4,10	3,50	0,88	22,00	109,00
	<b>Итого:</b>	<b>745</b>	<b>84,40</b>	<b>35,01</b>	<b>38,24</b>	<b>91,77</b>	<b>912,98</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1300</b>	<b>160,00</b>	<b>52,99</b>	<b>54,70</b>	<b>165,67</b>	<b>1 592,07</b>

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

/  /

Утверждаю

МУП "Школьное питание" г.о.Жигулевск

Директор Т.П.Олисова

Меню на " 14" марта" 2022г

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

Согласовано

ГБОУ СОШ № 13

Директор

I день цикл. меню

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
	<b>Завтрак</b>						
ПР/331	Тефтели из мяса индейки с соусом (филе индейки, крупа рис, яйцо кур., лук репч., соус- томат. пюре, сметана 15%, мука пшенич., йодид. соль)	90/25	35,00	1,84	1,14	4,80	200,09
204	Макаронные отварные с сыром (макаронные из пшен. муки, сыр п/тв. 45%, слив. масло 72%, йодид. соль)	100/15	21,00	8,79	10,66	33,89	267,70
376	Чай с сахаром (чай черный, сахар)	200	3,00	0,07	0,02	15,00	60,00
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодид.)	20/20	3,20	2,90	0,82	17,90	89,00
	<b>Итого:</b>	<b>470</b>	<b>62,20</b>	<b>13,60</b>	<b>12,64</b>	<b>71,59</b>	<b>616,79</b>
	<b>Обед</b>						
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, йодид. соль)	200	19,00	6,28	9,30	10,20	150,66
293(ПР) /331	Цыплята жареные (голень)/соус (цыплята порц., сметана 15%, раст. масло, йодид. соль, соус- томат. пюре, сметана 15%, мука пшенич., йодид. соль)	90/25	35,00	20,05	20,93	1,78	275,47
305/136	Рис с овощами (крупа рисовая, морковь, лук репч., раст. масло, слив. масло, йодид. соль)	100	11,00	2,83	9,34	27,06	204,15
377	Чай фруктовый (с/м вишня) (чай черный, сахар, вишня св./мор.)	200	3,00	0,13	0,02	15,20	62,00
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодид.)	30/20	4,10	3,50	0,88	22,00	109,00
ПР	Сок фруктовый в индивидуальной упаковке	200	15,00	1,00	0,20	20,20	86,60
	<b>Итого:</b>	<b>865</b>	<b>87,10</b>	<b>33,79</b>	<b>40,67</b>	<b>96,44</b>	<b>887,88</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1335</b>	<b>149,30</b>	<b>47,39</b>	<b>53,31</b>	<b>168,03</b>	<b>1504,67</b>

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

/