

Директор

Меню на "01" декабря 2022 г.

Возрастная категория с 7 до 11 лет

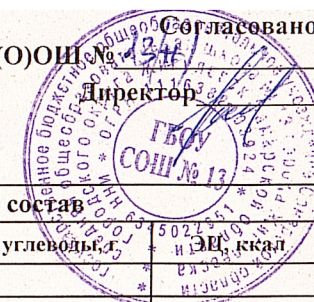
14 день цикла меню (аллергия на молочный белок)

| № рецептуры                         | Наименование блюда  | Выход, г    | Цена, руб     | Химический состав |              |               |                |
|-------------------------------------|---|-------------|---------------|-------------------|--------------|---------------|----------------|
|                                     |   |             |               | белки, г          | жиры, г      | углеводы, г   | ЭН, ккал       |
| <b>Завтрак</b>                      |   |             |               |                   |              |               |                |
| 98.06/540                           | Котлета мясо-рыбная "Веста" с соусом красным основным (филе цыпленка, минтая, морковь, лук репчатый, хлеб пшеничн., раст.масло)   | 70/50       | 32,00         | 6,31              | 11,35        | 11,02         | 118,06         |
| 310                                 | Картофель отварной с растительным маслом, зеленью (картофель, масло растит., соль йодир.,зелень)  | 150         | 22,00         | 3,04              | 5,85         | 24,53         | 163,19         |
| 377                                 | Чай с ЛИМОНОМ (чай черный,сахар,лимон св.)  | 200         | 5,00          | 0,16              | 0,03         | 15,21         | 62,99          |
| ПР                                  | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)  | 20/20       | 3,20          | 2,70              | 0,42         | 19,54         | 92,74          |
| <b>Дополнительная витаминизация</b> |   |             |               |                   |              |               |                |
| ПР                                  | Сок фруктовый в индивидуальной упаковке   | 200         | 19,09         | 1,00              | 0,20         | 20,20         | 86,60          |
| <b>Итого:</b>                       |   | <b>710</b>  | <b>62,20</b>  | <b>13,21</b>      | <b>17,85</b> | <b>90,50</b>  | <b>523,58</b>  |
| <b>Обед</b>                         |   |             |               |                   |              |               |                |
| 37                                  | Салат картофельный с соленым огурцом (картофель,морковь,лук репчатый,соленый огурец,соль йод.,масло растительное)   | 60          | 8,00          | 0,88              | 3,15         | 5,90          | 55,98          |
| 99                                  | Суп овощной на бульоне из мяса цыплят, зеленью (б/к капуста, картофель, лук репч.,морковь, мясо кур.,зел.горошек конс., раст. масло, укроп зелень, сметана 15%, йодир. соль, лавр.лист) | 200/15/1    | 19,00         | 6,93              | 12,33        | 19,80         | 142,77         |
| 265                                 | Плов из свинины (свинина постная мякоть, крупа рисовая, морковь, лук репч., раст. масло, соль йодир.)   | 40/150      | 48,00         | 16,02             | 11,82        | 40,10         | 331,12         |
| 349                                 | Компот из сухофруктов (смесь сухофруктов, сахар)  | 200         | 8,00          | 0,66              | 0,09         | 32,00         | 132,80         |
| ПР                                  | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)  | 30/20       | 4,10          | 3,49              | 0,52         | 24,37         | 116,12         |
| <b>Дополнительная витаминизация</b> |   |             |               |                   |              |               |                |
| ПР                                  | Сыр плавленый ломтевой сливочный классич.   | 18          | 19,09         | 1,75              | 4,73         | 0,86          | 50,75          |
| <b>Итого:</b>                       |   | <b>734</b>  | <b>87,10</b>  | <b>29,73</b>      | <b>32,64</b> | <b>123,03</b> | <b>829,54</b>  |
| <b>Всего:</b>                       |   | <b>1444</b> | <b>149,30</b> | <b>42,94</b>      | <b>50,49</b> | <b>213,53</b> | <b>1353,12</b> |

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

*М.И. Жигулевск*



Меню на "01" декабря 2022 г.

Возрастная категория с 7 до 11 лет

14 день цикл. меню (аллергия на рыбу)

| рецептуры                           | Наименование блюда  | Выход, г    | Цена, руб     | Химический состав |              |               |                |
|-------------------------------------|---|-------------|---------------|-------------------|--------------|---------------|----------------|
|                                     |   |             |               | белки, г          | жиры, г      | углеводы, г   | ЭЦ, ккал       |
| <b>Завтрак</b>                      |   |             |               |                   |              |               |                |
| 288/331                             | Цыплята отварные с соусом сметанным с томатом (тушка цыпленка, соль йодированная)   | 70/50       | 32,00         | 19,19             | 16,49        | 0,26          | 226,59         |
| 312                                 | Картофельное пюре (картофель, молоко 2,5 %, слив. масло 72%, йодир. соль)   | 150         | 22,00         | 3,28              | 5,60         | 22,06         | 152,24         |
| 377                                 | Чай с лимоном (чай черный, сахар, лимон св.)  | 200         | 5,00          | 0,16              | 0,03         | 15,21         | 62,99          |
| ПР                                  | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)  | 20/20       | 3,20          | 2,70              | 0,42         | 19,54         | 92,74          |
| <b>Дополнительная витаминизация</b> |   |             |               |                   |              |               |                |
| ПР                                  | Сок фруктовый в индивидуальной упаковке   | 200         | 19,09         | 1,00              | 0,20         | 20,20         | 86,60          |
| <b>Итого:</b>                       |   | <b>710</b>  | <b>62,20</b>  | <b>26,33</b>      | <b>22,74</b> | <b>77,27</b>  | <b>621,16</b>  |
| <b>Обед</b>                         |   |             |               |                   |              |               |                |
| 37                                  | Салат картофельный с соленым огурцом (картофель, морковь, лук репчатый, соленый огурец, соль йод., масло растительное)  | 60          | 8,00          | 0,88              | 3,15         | 5,90          | 55,98          |
| 99                                  | Суп овощной на бульоне из мяса цыплят, зеленью (б/к капуста, картофель, лук репч., морковь, мясо кур., зел. горошек конс., раст. масло, укроп зелень, сметана 15%, йодир. соль, лавр. лист) | 200/15/1    | 19,00         | 6,93              | 12,33        | 19,80         | 142,77         |
| 265                                 | Плов из свинины (свинина постная мякоть, крупа рисовая, морковь, лук репч., раст. масло, соль йодир.)   | 40/150      | 48,00         | 16,02             | 11,82        | 40,10         | 331,12         |
| 349                                 | Компот из сухофруктов (смесь сухофруктов, сахар)  | 200         | 8,00          | 0,66              | 0,09         | 32,00         | 132,80         |
| ПР                                  | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)  | 30/20       | 4,10          | 3,49              | 0,52         | 24,37         | 116,12         |
| <b>Дополнительная витаминизация</b> |   |             |               |                   |              |               |                |
| ПР                                  | Сыр плавленый ломтевой сливочный классич.   | 18          | 19,09         | 1,75              | 4,73         | 0,86          | 50,75          |
| <b>Итого:</b>                       |   | <b>734</b>  | <b>87,10</b>  | <b>29,73</b>      | <b>32,64</b> | <b>123,03</b> | <b>829,54</b>  |
| <b>Всего:</b>                       |   | <b>1444</b> | <b>149,30</b> | <b>56,06</b>      | <b>55,38</b> | <b>200,30</b> | <b>1450,70</b> |

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

*Авдеев* / *Жигулевск*

Утверждаю  
МУП "Школьное питание" г.о. Жигулевск

Директор

ГБОУ СОШ № 13

Согласовано

Меню на "01" декабря 2022 г.

Возрастная категория с 7 до 11 лет

14 день цикла меню (пятиклетка)

| рецептуры                           | Наименование блюда   | Выход, г    | Цена, руб     | Химический состав |              |               |                |
|-------------------------------------|--|-------------|---------------|-------------------|--------------|---------------|----------------|
|                                     |  |             |               | белки, г          | жиры, г      | углеводы, г   | ЭЦ, ккал       |
| <b>Завтрак</b>                      |  |             |               |                   |              |               |                |
| 98.06/331                           | Котлета мясо-рыбная "Веста" с соусом сметанным с томатом (филе цыпленка, минтая, морковь, лук репч., хлеб пшенич., раст.масло)   | 70/50       | 32,00         | 6,31              | 11,35        | 11,02         | 118,06         |
| 312                                 | Картофельное пюре (картофель, молоко 2,5 %, слив. масло 72%, йодир. соль)  | 150         | 22,00         | 3,28              | 5,60         | 22,06         | 152,24         |
| 377                                 | Чай с ЛИМОНОМ (чай черный, сахар, лимон св.)   | 200         | 5,00          | 0,16              | 0,03         | 15,21         | 62,99          |
| ПР                                  | Хлебцы безглютеновые кукурузно-рисовые   | 15          | 3,20          | 1,20              | 0,50         | 8,90          | 45,00          |
| <b>Дополнительная витаминизация</b> |  |             |               |                   |              |               |                |
| ПР                                  | Сок фруктовый в индивидуальной упаковке  | 200         | <b>19,09</b>  | 1,00              | 0,20         | 20,20         | 86,60          |
| <b>Итого:</b>                       |  | <b>685</b>  | <b>62,20</b>  | <b>11,95</b>      | <b>17,68</b> | <b>77,39</b>  | <b>464,89</b>  |
| <b>Обед</b>                         |  |             |               |                   |              |               |                |
| 37                                  | Салат картофельный с соленым огурцом (картофель, морковь, лук репчатый, соленый огурец, соль йод., масло растительное)   | 60          | 8,00          | 0,88              | 3,15         | 5,90          | 55,98          |
| 99                                  | Суп овощной на бульоне из мяса цыплят, зеленью (б/к капуста, картофель, лук репч., морковь, мясо кур., зел. горошек конс., раст. масло, укроп зелень, сметана 15%, йодир. соль, лавр.лист) | 200/15/1    | 19,00         | 6,93              | 12,33        | 19,80         | 142,77         |
| 265                                 | Плов из свинины (свинина постная мякоть, крупа рисовая, морковь, лук репч., раст. масло, соль йодир.)  | 40/150      | 48,00         | 16,02             | 11,82        | 40,10         | 331,12         |
| 349                                 | Компот из сухофруктов (смесь сухофруктов, сахар)   | 200         | 8,00          | 0,66              | 0,09         | 32,00         | 132,80         |
| ПР                                  | Хлебцы безглютеновые кукурузно-рисовые   | 15          | 4,10          | 1,20              | 0,50         | 8,90          | 45,00          |
| <b>Дополнительная витаминизация</b> |  |             |               |                   |              |               |                |
| ПР                                  | Сыр плавленый ломтевой сливочный классич.  | 18          | <b>19,09</b>  | 1,75              | 4,73         | 0,86          | 50,75          |
| <b>Итого:</b>                       |  | <b>699</b>  | <b>87,10</b>  | <b>27,44</b>      | <b>32,62</b> | <b>107,56</b> | <b>758,42</b>  |
| <b>Всего:</b>                       |  | <b>1384</b> | <b>149,30</b> | <b>39,39</b>      | <b>50,30</b> | <b>184,95</b> | <b>1223,31</b> |

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

*М.В.С. М.В.С. М.В.С.*