



3 день цикл. меню

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
<b>Завтрак</b>							
260	Гуляш из говядины (мясо говядины, лук репчатый, томат паста, соль йодированная, мука пшеничная, масло растительное)	30/60	40,00	9,84	6,18	3,70	110,14
303	Каша гречневая вязкая (крупа гречневая, соль йодированная, масло сливочное)	170	14,00	4,94	6,24	22,28	164,82
377	Чай фруктовый (с/м смородина) (чай черный, сахар, смородина св./мор.)	200	5,00	0,13	0,02	15,20	62,00
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный	20/20	3,20	2,70	0,42	19,54	92,74
<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>518</b>	<b>62,20</b>	<b>19,36</b>	<b>17,59</b>	<b>61,58</b>	<b>480,45</b>
<b>Обед</b>							
183/184	Борщ "Украинский" с пампушками (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. )	200/20/15/10/ 1	25,00	3,55	5,64	23,13	166,32
289	Рагу из цыплят (картофель, цыплята, морковь, лук репч., томат. пюре, раст. масло, мука пшеничн., йодир. соль)	40/160	36,00	12,96	16,74	20,74	286,44
388	Напиток из плодов шиповника (плоды шиповника суш., сахар, лимон. кисл.)	200	12,00	0,00	0,00	19,96	79,80
ПР	Булочка Десертная	50	10,00	4,20	4,35	29,60	174,05
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	Сок фруктовый в индивидуальной упаковке	200	19,09	1,00	0,20	20,20	86,60
	<b>Итого:</b>	<b>946</b>	<b>87,10</b>	<b>25,20</b>	<b>27,45</b>	<b>138,00</b>	<b>909,33</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1464</b>	<b>149,30</b>	<b>44,56</b>	<b>45,04</b>	<b>199,58</b>	<b>1389,78</b>

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством \_\_\_\_\_

*С.В. Сидорова* / *С.В. Сидорова*

Утверждаю

МУП "Школьное питание" г.о. Жигулевск

Директор

Меню на "07" декабря 2022г

Возрастная категория с 12 лет и старше

Согласовано

ГБОУ СОШ №

Директор

СОШ № 13

3 день цикл. меню

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
<b>Завтрак</b>							
50	Салат из свеклы с сыром (свекла отварная, соль йодированная, масло растительное, сыр)	40	10,00	1,89	4,20	2,91	57,32
260	Гуляш из говядины (мясо говядины, лук репчатый, томат паста, соль йодированная, мука пшеничная, масло растительное)	30/60	40,00	9,84	6,18	3,70	110,14
303	Каша гречневая вязкая (крупа гречневая, соль йодированная, масло сливочное)	180	16,00	5,23	6,56	23,59	174,11
377	Чай фруктовый (с/м смородина) (чай черный, сахар, смородина св./мор.)	200	5,00	0,14	0,02	24,37	101,21
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный	30/25	4,60	3,77	0,58	26,84	127,62
	<b>Итого:</b>	<b>565</b>	<b>75,60</b>	<b>20,87</b>	<b>17,54</b>	<b>81,41</b>	<b>570,40</b>
<b>Обед</b>							
183/184	Борщ "Украинский" с пампушками (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. )	250/20/15/10/ 1	27,30	9,87	14,79	30,37	256,11
289	Рагу из ЦЫПЛЯТ (картофель, цыплята, морковь, лук репч., томат. пюре, раст. масло, мука пшенич., йодир. соль)	50/150	41,00	10,04	10,10	44,48	310,50
388	Напиток из плодов шиповника (плоды шиповника суш., сахар. лимон. кисл.)	200	12,00	0,00	0,00	19,96	79,80
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи. соль йодир.)	30/20	4,10	3,49	0,52	24,37	116,12
	<b>Итого:</b>	<b>746</b>	<b>84,40</b>	<b>23,40</b>	<b>25,41</b>	<b>119,18</b>	<b>762,53</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1311</b>	<b>160,00</b>	<b>44,27</b>	<b>42,95</b>	<b>200,59</b>	<b>1332,93</b>

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

Утверждаю

МУП "Школьное питание" г.о. Жигулевск

Директор

Меню на "07" декабря 2022г

ОВЗ. Возрастная категория с 7 до 11 лет. 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>							
260	Гуляш из говядины (мясо говядины, лук репчатый, томат паста, соль, йодированное масло сливочное, мука пшеничная)	30/60	40,00	9,84	6,18	3,70	110,14
303	Каша гречневая вязкая (крупа гречневая, соль йодированная, масло сливочное)	170	14,00	4,94	6,24	22,28	164,82
377	Чай фруктовый (с/м смородина) (чай черный, сахар, смородина св./мор.)	200	5,00	0,13	0,02	15,20	62,00
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный	20/20	3,20	2,70	0,42	19,54	92,74
<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>518</b>	<b>62,20</b>	<b>19,36</b>	<b>17,59</b>	<b>61,58</b>	<b>480,45</b>
<b>Обед</b>							
183/184	Борщ "Украинский" с пампушками (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. )	200/20/15/10/ 1	25,00	3,55	5,64	23,13	166,32
289	Рагу из ЦЫПЛЯТ (картофель, цыплята, морковь, лук репч., томат. пюре, раст. масло, мука пшенич., йодир. соль)	40/160	36,00	12,96	16,74	20,74	286,44
388	Напиток из плодов шиповника (плоды шиповника суш., сахар, лимон. кисл.)	200	12,00	0,00	0,00	19,96	79,80
ПР	Булочка Десертная	50	10,00	4,20	4,35	29,60	174,05
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	Сок фруктовый в индивидуальной упаковке	200	19,09	1,00	0,20	20,20	86,60
<b>Итого:</b>		<b>946</b>	<b>87,10</b>	<b>25,20</b>	<b>27,45</b>	<b>138,00</b>	<b>909,33</b>
<b>Всего:</b>		<b>1464</b>	<b>149,30</b>	<b>44,56</b>	<b>45,04</b>	<b>199,58</b>	<b>1389,78</b>

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

*Александр С. С.*