

4 день цикла меню (аллергия на молочный белок)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
<b>Завтрак</b>							
70	Овощи консервированные (огурец порционно) (огурец, лимон. кисл., йодир. соль)	20	3,00	0,16	0,02	0,34	2,60
229	Рыба, тушеная в томате с овощами (филе минтая, морковь, лук репч., томат пюре, раст.масло)	40/50	30,00	8,46	5,48	4,88	103,44
310	Картофель отварной с растительным маслом, зеленью (картофель, масло растит., соль йодир.,зелень)	150	22,00	3,28	5,60	22,06	152,24
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	2,70	0,42	19,54	92,74
	<b>Итого:</b>	<b>500</b>	<b>62,20</b>	<b>14,67</b>	<b>11,54</b>	<b>61,82</b>	<b>411,02</b>
<b>Обед</b>							
52	Салат из свеклы отварной (свекла, раст.масло, лимон.кисл., йодир.соль)	60	5,00	0,71	3,04	4,18	46,92
103	Суп картофельный с вермишелью на бульоне из мяса цыплят, зеленью (картофель п/ф., макарон. издел., морк., лук репч., мясо кур, масло раст., укроп зелень, йодир. соль)	200/15/1	16,00	5,06	4,71	18,50	129,89
297/540	Фрикадельки из цыплят с соусом красным основным (мясо кур., хлеб пшен., яйцо кур., раст.масло, йодир.соль, томат пюре)	60/50	42,00	10,61	12,19	8,66	187,45
171	Каша перловая рассыпчатая с растительным маслом (крупа перловая, соль, масло растительное)	150	9,00	4,68	4,88	33,49	196,77
389	Сок фруктовый (в ассортименте)	200	11,00	0,20	0,26	22,60	92,00
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>786</b>	<b>87,10</b>	<b>24,75</b>	<b>25,60</b>	<b>111,80</b>	<b>769,15</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1286</b>	<b>149,30</b>	<b>39,42</b>	<b>37,14</b>	<b>173,62</b>	<b>1180,17</b>

Продукты не содержат ГМО

*Ольга Николаевна Жигулева*

Утверждено  
МУП "Школьное питание" г.о. Жигулевск  
Директор Т.П.Олисова

Меню на " 08" сентября 2022г  
Возрастная категория с 7 до 11 лет

Согласовано  
ГБОУ СОШ (О)ОШ № 13  
Директор

4 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>						
70	Овощи консервированные порционно) (огурец) (огурец, лимон. кисл., йодир соль)	20	3,00	0,16	0,02	0,34	2,60
241/331	Мясо отварное (говядина) (мясо говядина, соль йодир, сметана 15%, томат. пюре)	30/50	30,00	8,46	5,48	4,88	103,44
312	Картофельное пюре (картофель, молоко 2,5%, слив. масло 72%, йодир. соль)	150	22,00	3,28	5,60	22,06	152,24
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	2,70	0,42	19,54	92,74
	<b>Итого:</b>	<b>500</b>	<b>62,20</b>	<b>14,67</b>	<b>11,54</b>	<b>61,82</b>	<b>411,02</b>
	<b>Обед</b>						
52	Салат из свеклы отварной (свекла, раст. масло, лимон. кисл., йодир. соль)	60	5,00	0,71	3,04	4,18	46,92
103	Суп картофельный с вермишелью на бульоне из мяса цыплят, зеленью (картофель п/ф., макарон. издел., морк., лук репч., мясо кур, масло раст., укроп зелень, йодир. соль)	200/15/1	16,00	5,06	4,71	18,50	129,89
297/331	Фрикадельки из цыплят с соусом сметанным с томатом (мясо кур., хлеб пшен., молоко 2,5%, яйцо кур., раст. масло)	60/50	42,00	10,61	12,19	8,66	187,45
171	Каша перловая рассыпчатая (крупа перловая, соль, масло слив. 72%)	150	9,00	4,68	4,88	33,49	196,77
389	Сок фруктовый (в ассортименте)	200	11,00	0,20	0,26	22,60	92,00
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>786</b>	<b>87,10</b>	<b>24,75</b>	<b>25,60</b>	<b>111,80</b>	<b>769,15</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1286</b>	<b>149,30</b>	<b>39,42</b>	<b>37,14</b>	<b>173,62</b>	<b>1180,17</b>

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

*Олисова Т.П.* *Мясникова В.И.*

4 день цикл. меню (цел.закв.)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
	<b>Завтрак</b>						
70	Овощи консервированные (огурец порционно) (огурец, лимон. кисл., йодир. соль)	20	3,00	0,16	0,02	0,34	2,60
229	Рыба, тушеная в томате с овощами (филе минтая, морковь, лук репч., томат.пюре, раст.масло)	40/50	30,00	8,46	5,48	4,88	103,44
312	Картофельное пюре (картофель, молоко 2,5 %, слив. масло 72%, йодир.соль)	150	22,00	3,28	5,60	22,06	152,24
376	Чай с сахаром (чай черный, сахар)	200	4,00	0,07	0,02	15,00	60,00
ПР	Хлебцы безглютеновые кукурузно-рисовые	15	3,20	1,20	0,50	8,90	45,00
	<b>Итого:</b>	<b>500</b>	<b>62,20</b>	<b>13,17</b>	<b>11,62</b>	<b>51,18</b>	<b>363,28</b>
	<b>Обед</b>						
52	Салат из свеклы отварной (свекла, раст.масло, лимон.кисл., йодир.соль)	60	5,00	0,71	3,04	4,18	46,92
103	Суп картофельный на бульоне из мяса цыплят, зеленью (картофель п/ф., макарон. издел., морк., лук репч., мясо кур, масло раст., укроп зелень, йодир. соль)	200/15/1	16,90	5,06	4,71	18,50	129,89
297/331	Фрикадельки из цыплят с соусом сметанным с томатом (мясо кур., хлеб пшенич.,молоко 2,5%, яйцо кур., раст.масло, йодир.соль,сметана 15%,томат.пюре)	60/50	42,00	10,61	12,19	8,66	187,45
304	Рис отварной (крупа рисовая, слив. масло 72%, йодир. соль)	150	9,00	3,81	6,11	40,01	230,31
389	Сок фруктовый (в ассортименте)	200	11,00	0,20	0,26	22,60	92,00
ПР	Хлебцы безглютеновые кукурузно-рисовые	15	3,20	1,20	0,50	8,90	45,00
	<b>Итого:</b>	<b>751</b>	<b>87,10</b>	<b>21,59</b>	<b>26,81</b>	<b>102,85</b>	<b>731,57</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1251</b>	<b>149,30</b>	<b>34,76</b>	<b>38,43</b>	<b>154,03</b>	<b>1094,85</b>

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством \_\_\_\_\_

*Алиса Александровна Ших*