

Меню на "10" октября 2022г
 Возрастная категория с 7 до 11 лет

11 день цикл. меню

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
	Завтрак						
ПР/331	Тефтели из индейки с соусом (мясо индейки, крупа рисовая, яйцо кур., соус- томат. поре, сметана 15%, мука пшенич., йодир. соль)	65/50	34,00	10,71	9,23	32,00	251,86
204	Макаронны отварные с сыром (макаронны из пшен. муки, сыр п/тв. 45%, слив. масло 72%, йодир. соль)	150/10	20,00	8,12	8,01	37,05	253,49
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
	Дополнительная витаминизация						
ПР	Сок фруктовый в индивидуальной упаковке	200	19,09	1,00	0,20	20,20	86,60
	Итого:	715	62,20	22,69	17,89	124,00	747,68
	Обед						
84	Борщ с фасолью и картофелем, мясом цыпленка, сметаной, зеленью (свекла, картофель, фасоль, мясо кур, лук репч., морковь, томат. поре, раст. масло, сметана 15%, сахар, йодир. соль, укроп зелень)	200/15/10/1	21,00	7,85	12,35	11,54	156,45
293/330	Цыплята порциями в соусе сметанном (цыплята порц., сметана 15%, мука пшенич., йодир. соль)	60/50	37,00	17,55	23,49	3,59	297,34
304	Рис отварной (крупа рисовая, слив. масло 72%, йодир. соль)	150	17,00	3,81	6,11	40,01	230,31
349	Компот из смеси сухофруктов (смесь сухофруктов, сахар, лимон. кислота)	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
	Дополнительная витаминизация						
ПР	Сыр плавленый ломтевой сливочный классич.	18	19,09	1,75	4,73	0,86	50,75
	Итого:	754	87,10	35,11	47,29	112,37	983,77
	Всего:	1469	149,30	57,80	65,18	236,37	1731,45

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

Александров А.И.

Утверждаю

МУП "Школьное питание" г.о. Жигулевск

Директор Т.П.Олисова

11 день цикл. меню

Меню на "10" октября 2022г
Возрастная категория с 12 лет и старше

ГБОУ СОШ № 13

Согласовано

Директор

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
Завтрак							
ПР/331	Тефтели из индейки с соусом (мясо индейки, крупа рисовая, яйцо кур., соус- томат. пюре, сметана 15%, мука пшенич., йодир. соль)	65/50	34,00	10,71	9,23	32,00	251,86
204	Макароны отварные с сыром (макароны из пшен. муки, сыр п/тв. 45%, слив. масло 72%, йодир. соль)	180/15	32,00	9,74	9,61	44,46	304,89
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.)	30/25	4,60	3,77	0,58	26,84	127,62
	Итого:	565	75,60	24,38	19,45	118,51	747,35
Обед							
84	Борщ с фасолью и картофелем, мясом цыпленка, сметаной, зеленью (свекла, картофель, фасоль, мясо кур, лук репч., морковь, томат. пюре, раст. масло, сметана 15%, сахар, йодир. соль, укроп зелень)	250/15/10/1	22,30	8,80	14,57	14,43	183,57
293/330	Цыплята порциями в соусе сметанном (цыплята порц., сметана 15%, мука пшенич., йодир. соль)	60/25	34,00	17,55	23,49	3,59	297,34
304	Рис отварной (крупа рисовая, слив. масло 72%, йодир. соль)	140	16,00	3,55	5,70	37,34	214,96
349	Компот из смеси сухофруктов (смесь сухофруктов, сахар, лимон. кислота)	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	3,50	0,52	24,37	116,12
	Итого:	751	84,40	34,06	44,37	111,73	944,79
	Всего:	1316	160,00	58,44	63,82	230,24	1 692,15

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

ЛС

Александр Владимирович

Меню на "10" октября 2022г

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

11 день цикл. меню

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
	Завтрак						
ПР/331	Тефтели из индейки с соусом (мясо индейки, крупа рисовая, яйцо кур., соус- томат. пюре, сметана 15%, мука пшенич., йодир. соль)	65/50	34,00	10,71	9,23	32,00	251,86
204	Макаронны отварные с сыром (макаронны из пшен. муки, сыр п/тв. 45%, слив. масло 72%, йодир. соль)	150/10	20,00	8,12	8,01	37,05	253,49
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
	Дополнительная витаминизация						
ПР	Сок фруктовый в индивидуальной упаковке	200	19,09	1,00	0,20	20,20	86,60
	Итого:	715	62,20	22,69	17,89	124,00	747,68
	Обед						
84	Борщ с фасолью и картофелем, мясом цыпленка, сметаной, зеленью (свекла, картофель, фасоль, мясо кур, лук репч., морковь, томат. пюре, раст. масло, сметана 15%, сахар, йодир. соль, укроп зелень)	200/15/10/1	21,00	7,85	12,35	11,54	156,45
293/330	Цыплята порциями в соусе сметанном (цыплята порц., сметана 15%, мука пшенич., йодир. соль)	60/50	37,00	17,55	23,49	3,59	297,34
304	Рис отварной (крупа рисовая, слив. масло 72%, йодир. соль)	150	17,00	3,81	6,11	40,01	230,31
349	Компот из смеси сухофруктов (смесь сухофруктов, сахар, лимон. кислота)	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
	Дополнительная витаминизация						
ПР	Сыр плавленый ломтевой сливочный классич.	18	19,09	1,75	4,73	0,86	50,75
	Итого:	754	87,10	35,11	47,29	112,37	983,77
	Всего:	1469	149,30	57,80	65,18	236,37	1731,45

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством [подпись] / [подпись]