

Меню на "14" декабря 2022г
 Возрастная категория с 7 до 11 лет

8 день цикла меню

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход, г | Цена, руб | Ущербный состав | | | |
|-------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|---------------|-----------------|--------------|---------------|----------------|
| | | | | белки, г | жиры, г | Углеводы, г | ЭП, ккал |
| Завтрак | | | | | | | |
| 67 | Винегрет овощной (свекла отварная, морковь отварная, горошек консервированный, масло растительное, соль йодированная, картофель отварной) | 60 | 10,00 | 0,87 | 6,10 | 4,59 | 75,37 |
| 258 | Мясо духовое (свинина мякоть, раст. масло, картофель, морковь, лук репчатый, мука пшеничная, соль йодированная) | 40/160 | 44,00 | 12,31 | 7,81 | 2,04 | 220,37 |
| 377 | Чай фруктовый (черноплодная рябина) (чай черный, сахар, рябина св./мор.) | 200 | 5,00 | 0,10 | 0,03 | 15,00 | 60,61 |
| 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: | | 700 | 62,20 | 16,98 | 14,56 | 61,37 | 535,69 |
| Обед | | | | | | | |
| 101/105 | Суп картофельный с крупой и мясными фрикадельками (картофель, крупа рисовая, лук репч., морковь, масло растит., мясо говяд., лук репчат., яйцо кур., йодир. сол., зелень) | 200/20/1 | 33,00 | 6,61 | 4,04 | 14,92 | 122,96 |
| 291 | Плов из цыплят (мясо кур., крупа рисовая, лук репчат., морковь, масло растит., томат. пюре, йодир. соль) | 40/150 | 37,00 | 14,31 | 19,81 | 41,19 | 400,85 |
| 349 | Компот из смеси сухофруктов (смесь сухофруктов, сахар, лимон. кислота) | 200 | 8,00 | 0,66 | 0,09 | 32,00 | 132,80 |
| ПР | Булочка Ромашка (мука пшеничн., раст. масло, соль, сахар, дрожжи.) | 40 | 5,00 | 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 |
| Дополнительная витаминизация | | | | | | | |
| ПР | Сыр плавленый ломтевой сливочный классич. | 18 | 19,09 | 1,75 | 4,73 | 0,86 | 50,75 |
| Итого: | | 719 | 87,10 | 31,02 | 33,54 | 142,94 | 997,53 |
| Всего: | | 1419 | 149,30 | 48,00 | 48,10 | 204,31 | 1533,22 |

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

А.С. Кустова

Утверждаю

МУП "Школьное питание" г.о. Жигулевск

Директор А.С.Кустова

Согласовано

ГБОУ СОШ № 13

Генеральный директор
СОШ № 13

Меню на "14" декабря 2022г

Возрастная категория с 12 лет и старше

8 день цикла Меню

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход, г | Цена, руб | Химический состав | | | |
|----------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|---------------|-------------------|--------------|---------------|----------------|
| | | | | белки, г | жиры, г | углеводы, г | ЭЦ, ккал |
| Завтрак | | | | | | | |
| 67 | Винегрет овощной (свекла отварная, морковь отварная, горошек консервированный, масло растительное, соль йодированная, картофель отварной) | 60 | 10,00 | 0,87 | 6,10 | 4,59 | 75,37 |
| 258 | Мясо духовое (свинина мякоть, раст. масло, картофель, морковь, лук репчатый, мука пшеничная, соль йодированная) | 45/180 | 56,00 | 16,59 | 13,45 | 23,67 | 282,48 |
| 377 | Чай фруктовый (черноплодная рябина) (чай черный, сахар, рябина св./мор.) | 200 | 5,00 | 0,10 | 0,03 | 15,00 | 60,61 |
| ГР | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.) | 30/25 | 4,60 | 3,77 | 0,58 | 26,84 | 127,62 |
| | Итого: | 540 | 75,60 | 21,33 | 20,16 | 70,10 | 546,08 |
| Обед | | | | | | | |
| 101/105 | Суп картофельный с крупой и мяс. фрикадельками (картофель, крупа рисовая, лук репч., морковь, масло растит., мясо говяд., лук репчат., яйцо кур., йодир. сол., зелень) | 250/20/1 | 35,30 | 7,09 | 4,62 | 18,57 | 144,89 |
| 291 | Плов из цыплят (мясо кур., крупа рисовая, лук репчат., морковь, масло растит., томат. пюре, йодир. соль) | 40/150 | 37,00 | 14,31 | 19,81 | 41,19 | 400,85 |
| 349 | Компот из смеси сухофруктов (смесь сухофруктов, сахар, лимон. кислота) | 200 | 8,00 | 0,66 | 0,09 | 32,00 | 132,80 |
| ГР | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.) | 30/20 | 4,10 | 3,49 | 0,52 | 24,37 | 116,12 |
| | Итого: | 711 | 84,40 | 25,55 | 25,04 | 116,13 | 794,66 |
| | Всего: | 1251 | 160,00 | 46,88 | 45,20 | 186,23 | 1340,74 |

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

[Подпись]

[Подпись]

Утверждаю

МУП "Школьное питание" г.о. Жигулевск
Директор А.С. Кустова

Согласовано
ГБОУ С(О)ОШ №13
Директор

Меню на "14" декабря 2022г

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

8 день цикла меню

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход, г | Цена, руб | Химический состав | | | |
|-------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|---------------|-------------------|--------------|---------------|----------------|
| | | | | белки, г | жиры, г | углеводы, г | ЭЦ, ккал |
| Завтрак | | | | | | | |
| 67 | Винегрет овощной (свекла отварная, морковь отварная, горошек консервированный, масло растительное, соль йодированная, картофель отварной) | 60 | 10,00 | 0,87 | 6,10 | 4,59 | 75,37 |
| 258 | Мясо духовое (свинина мякоть, раст. масло, картофель, морковь, лук репчатый, мука пшеничная, соль йодированная) | 40/160 | 44,00 | 12,31 | 7,81 | 2,04 | 127,72 |
| 377 | Чай фруктовый (черноплодная рябина) (чай черный, сахар, рябина св./мор.) | 200 | 5,00 | 0,10 | 0,03 | 15,00 | 60,61 |
| ПР | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный | 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: | | 700 | 62,20 | 16,98 | 14,56 | 61,37 | 443,04 |
| Обед | | | | | | | |
| 101/105 | Суп картофельный с крупой и мясными фрикадельками (картофель, крупа рисовая, лук репч., морковь, масло растит., мясо говяд., лук репчат., яйцо кур., йодир. сол., зелень) | 200/20/1 | 33,00 | 6,61 | 4,04 | 14,92 | 122,96 |
| 291 | Плов из цыплят (мясо кур., крупа рисовая, лук репчат., морковь, масло растит., томат. пюре, йодир. соль) | 40/150 | 37,00 | 14,31 | 19,81 | 41,19 | 400,85 |
| 349 | Компот из смеси сухофруктов (смесь сухофруктов, сахар, лимон. кислота) | 200 | 8,00 | 0,66 | 0,09 | 32,00 | 132,80 |
| ПР | Булочка Ромашка (мука пшеничн., раст. масло, соль, сахар, дрожжи.) | 40 | 5,00 | 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 |
| Дополнительная витаминизация | | | | | | | |
| ПР | Сыр плавленый ломтевой сливочный классич. | 18 | 19,09 | 1,75 | 4,73 | 0,86 | 50,75 |
| Итого: | | 719 | 87,10 | 31,02 | 33,54 | 142,94 | 997,53 |
| Всего: | | 1419 | 149,30 | 48,00 | 48,10 | 204,31 | 1440,57 |

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

А.В. Сидорова / *А.В. Сидорова*