

Утверждаю
МУП "Школьное питание" г.о. Жигулевск

Директор Т.Н. Олисова

Меню на "18" ноября 2022г
Возрастная категория с 7 до 11 лет

Согласовано
ГБОУ С (О)ОШ № 13/11

Директор

5 день цикл. меню (молочный белок)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
Завтрак							
62	Салат из моркови с чесноком (морковь, масло растительное, соль йодированная, чеснок)	60	6,00	0,69	6,05	3,65	72,45
291	Плов из птицы (мясо кур, крупа рисовая, морковь, лук репч., раст. масло, соль йодир.)	50/150	45,00	16,85	22,00	41,19	430,77
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.)	20/20	3,20	2,70	0,42	19,54	92,74
Дополнительная витаминизация							
338	Десерт фруктовый (апельсин)	150	19,09	1,00	0,20	9,00	43,00
Итого:		650	62,20	21,90	28,76	105,38	771,76
Обед							
106	Суп картофельный с рыбными консервами (картофель, морковь, лук репч., крупа, раст. масло, укроп зелень, консервы рыбные, йодир. соль)	200/1	23,00	1,90	2,35	14,51	87,17
14 (2002) /540	Голубцы с мясом и рисом (ленивые) в соусе красном основном (б/к капуста, мясо говядины, свинины, яйцо куриное, крупа рисовая, соус- томат. пюре, мука пшенич., йодир. соль)	70/30	34,00	7,40	5,48	6,97	107,50
200	Пюре из гороха и картофеля с маслом растительным (картофель, горох лущеный, масло растит., йодир. соль)	150	22,00	9,02	6,68	23,63	191,08
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.)	30/20	4,10	3,49	0,52	24,37	116,12
Дополнительная витаминизация							
338	Десерт фруктовый (яблоко)	100	19,09	0,40	0,40	9,80	47,00
Итого:		781	87,10	22,28	15,45	94,28	608,87
Всего:		1431	149,30	44,18	44,21	199,66	1380,63

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

А.В. Гуськов, А.В. Киселев

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

Меню на "18" ноября 2022г
 Возрастная категория с 7 до 11 лет

Согласовано
 ГБОУ СО(О)ОШ № 13/П
 Директор
 ГБОУ СОШ № 13

5 день шк. меню (аллергия на рыбу)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
Завтрак							
62	Салат из моркови с чесноком (морковь,масло растительное,соль йодированная,чеснок))	60	6,00	0,69	6,05	3,65	72,45
291	Плов из птицы (мясо кур, крупа рисовая, морковь, лук репч., раст. масло, соль йодир.)	50/150	45,00	16,85	22,00	41,19	430,77
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.)	20/20	3,20	2,70	0,42	19,54	92,74
Дополнительная витаминизация							
338	Десерт фруктовый (апельсин)	150	19,09	1,00	0,20	9,00	43,00
	Итого:	650	62,20	21,90	28,76	105,38	771,76
Обед							
101/105	Суп картофельный с крупой и мясными фрикадельками (картофель, крупа рисовая, лук репч., морковь, масло растит., мясо говьял, лук репчат, яйцо кур, йодир.сол, зелень)	200/20/1	23,00	6,61	4,04	14,92	122,96
14 (2002) /331	Голубцы с мясом и рисом (ленивые) в соусе (б/к капуста, мясо говядины, свинины, яйцо куриное, крупа рисовая, соус-томат. пюре, сметана 15%, мука пшенич., йодир.соль)	70/30	34,00	7,40	5,48	6,97	107,50
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.)	30/20	4,10	3,49	0,52	24,37	116,12
Дополнительная витаминизация							
338	Десерт фруктовый (яблоко)	100	19,09	0,40	0,40	9,80	47,00
	Итого:	801	87,10	21,25	16,06	93,12	605,82
	Всего:	1451	149,30	43,15	44,82	198,50	1377,58

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством _____, *Алиев*, *Алиев*

Утверждаю

МУП "Школьное питание" г.о.Жигулевск

Директор Т.П.Олисова

ГБОУ С (О)ОШ №

Директор

Меню на "18" ноября 2022г
Возрастная категория с 7 до 11 лет

Согласовано

5 день цикл. меню (целиакия)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			ЭЦ, ккал
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	
Завтрак							
62	Салат из моркови с чесноком (морковь,масло растительное,соль йодированная,чеснок))	60	6,00	0,69	6,05	3,65	72,45
291	Плов из птицы (мясо кур, крупа рисовая, морковь, лук репч., раст. масло, соль йодир.)	50/150	45,00	16,85	22,00	41,19	430,77
349	Компот из смеси сухофруктов (смесь сухофруктов, сахар, лимон. кислота)	200	8,00	0,66	0,09	32,00	132,80
ПР	Хлебцы безглютеновые кукурузно-рисовые	15	3,20	1,20	0,50	8,90	45,00
Дополнительная витаминизация							
338	Десерт фруктовый (апельсин)	150	19,09	1,00	0,20	9,00	43,00
	Итого:	650	62,20	20,40	28,84	94,74	724,02
Обед							
106	Суп картофельный с рыбными консервами (картофель, морковь, лук репч., крупа, раст. масло, укроп зелень, консервы рыбные, йодир. соль)	200/1	23,00	1,90	2,35	14,51	87,17
14 (2002) /331	Голубцы с мясом и рисом (ленивые) в соусе (б/к капуста, мясо говядины, свинины, яйцо куриное, крупа рисовая, соус-томат. пюре, сметана 15%, мука пшенич., йодир.соль)	70/30	34,00	7,40	5,48	6,97	107,50
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	4,10	1,20	0,50	8,90	45,00
Дополнительная витаминизация							
338	Десерт фруктовый (яблоко)	100	19,09	0,40	0,40	9,80	47,00
	Итого:	801	87,10	14,25	14,35	77,24	498,91
	Всего:	1451	149,30	34,65	43,19	171,98	1222,93

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

А.В.С. / *Л.В.С.*