

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

Меню на "21" октября 2022г  
 Возрастная категория с 7 до 11 лет

Согласовано  
 ГБОУ С (О)ОШ № 13/11  
 Директор [подпись]

5 день цикл. меню

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
<b>Завтрак</b>							
45	Салат из белокочанной капусты с морковью (капуста б/к., морковь, лук репч., раст. масло, йодир.соль)	60	6,00	0,78	1,94	3,76	35,76
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
<b>Дополнительная витаминизация</b>							
338	Десерт фруктовый (апельсин)	150	19,09	1,00	0,20	9,00	43,00
	<b>Итого:</b>	<b>650</b>	<b>62,20</b>	<b>21,99</b>	<b>24,65</b>	<b>105,49</b>	<b>735,07</b>
<b>Обед</b>							
106	Суп картофельный с рыбными консервами (картофель, морковь, лук репч., крупа, раст. масло, укроп зелень, консервы рыбные, йодир. соль)	200/1	24,00	1,90	2,35	18,00	87,17
14 (2002) /331	Голубцы с мясом и рисом (ленивые) в соусе сметанном с томатом ( б/к капуста, мясо говядины, свинины, яйцо куриное, крупа рисовая, соус- томат. поре, сметана 15%, мука пшенич., йодир.соль)	70/30	35,00	7,40	5,48	6,97	107,50
200	Пюре из гороха и картофеля (картофель, горох лущеный, молоко 2,5 %, слив. масло 72%, йодир. соль)	150	20,00	10,43	7,43	27,29	218,09
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
<b>Дополнительная витаминизация</b>							
338	Десерт фруктовый (яблоко)	100	19,09	1,00	0,40	10,00	44,40
	<b>Итого:</b>	<b>801</b>	<b>87,10</b>	<b>24,29</b>	<b>16,20</b>	<b>101,63</b>	<b>633,28</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1451</b>	<b>149,30</b>	<b>46,28</b>	<b>40,85</b>	<b>207,12</b>	<b>1368,35</b>

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством [подпись]



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

Меню на "21" октября 2022г  
 Возрастная категория с 12 лет и старше

Согласовано  
 ГБОУ С (О) ОН № 13  
 Директор [подпись]

5 день цикл. меню

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г*	ЭЦ, ккал
<b>Завтрак</b>							
45	Салат из белокочанной капусты с морковью (капуста б/к., морковь, лук репч., раст. масло, йодир. соль)	60	6,00	0,78	1,94	3,76	35,76
291	Плов из птицы (мясо кур, крупа рисовая, морковь, лук репч., раст. масло, соль йодир.)	60/180	49,00	20,22	26,40	49,41	516,86
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.)	30/25	4,60	3,77	0,58	26,84	127,62
ПР	Булочная мелочь (мука пшенич., раст. масло, соль, сахар, дрожжи.)	40	8,00	2,37	3,57	18,54	115,83
	<b>Итого:</b>	<b>595</b>	<b>75,60</b>	<b>27,80</b>	<b>32,58</b>	<b>130,55</b>	<b>928,87</b>
<b>Обед</b>							
106	Суп картофельный с рыбными консервами (картофель, морковь, лук репч., крупа, раст. масло, укроп зелень, консервы рыбные, йодир. соль)	250/1	26,30	2,38	2,94	22,50	108,96
14 (2002) /33	Голубцы с мясом и рисом (ленивые) в соусе сметанном с томатом (б/к капуста, мясо говядины, свинины, яйцо куриное, крупа рисовая, соус- томат. поре, сметана 15%, мука пшенич., йодир. соль)	70/30	35,00	7,40	5,48	6,97	107,50
200	Пюре из гороха и картофеля (картофель, горох лущеный, молоко 2,5 %, слив. масло 72%, йодир. соль)	130	15,00	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	3,50	0,52	24,37	116,12
	<b>Итого:</b>	<b>731</b>	<b>84,40</b>	<b>22,37</b>	<b>15,64</b>	<b>92,47</b>	<b>583,66</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1326</b>	<b>160,00</b>	<b>50,17</b>	<b>48,22</b>	<b>223,02</b>	<b>1512,53</b>

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством [подпись]



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

Меню на "21" октября 2022г

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

5 день цикла меню



№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
<b>Завтрак</b>							
45	Салат из белокочанной капусты с морковью (капуста б/к., морковь, лук репч., раст. масло, йодир.соль)	60	6,00	0,78	1,94	3,76	35,76
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
<b>Дополнительная витаминизация</b>							
338	Десерт фруктовый (апельсин)	150	19,09	1,00	0,20	9,00	43,00
<b>Итого:</b>		<b>650</b>	<b>62,20</b>	<b>21,99</b>	<b>24,65</b>	<b>105,49</b>	<b>735,07</b>
<b>Обед</b>							
106	Суп картофельный с рыбными консервами (картофель, морковь, лук репч., крупа, раст. масло, укроп зелень, консервы рыбные, йодир. соль)	200/1	24,00	1,90	2,35	18,00	87,17
14 (2002) /331	Голубцы с мясом и рисом (ленивые) в соусе сметанном с томатом ( б/к капуста, мясо говядины, свинины, яйцо куриное, крупа рисовая, соус- томат. пюре, сметана 15%, мука пшенич., йодир.соль)	70/30	35,00	7,40	5,48	6,97	107,50
200	Пюре из гороха и картофеля (картофель, горох лущеный, молоко 2,5 %, слив. масло 72%, йодир. соль)	150	20,00	10,43	7,43	27,29	218,09
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
<b>Дополнительная витаминизация</b>							
338	Десерт фруктовый (яблоко)	100	19,09	1,00	0,40	10,00	44,40
<b>Итого:</b>		<b>801</b>	<b>87,10</b>	<b>24,29</b>	<b>16,20</b>	<b>101,63</b>	<b>633,28</b>
<b>Всего:</b>		<b>1451</b>	<b>149,30</b>	<b>46,28</b>	<b>40,85</b>	<b>207,12</b>	<b>1368,35</b>

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

*И.И.Иванов*