

Меню на "27" октября 2022г  
 Возрастная категория с 7 до 11 лет

9 день цикл. 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>							
279/540	Гёфтели из мяса цыплят с соусом красным ОСНОВНЫМ (филе кур, крупа рисовая, яйцо кур., лук репч., соус- томат. пюре, мука пшенич., йодир. соль, лук репчатый, морковь)	60/50	31,00	9,58	10,91	28,92	249,94
199	Пюре гороховое с маслом растительным (горох лущенный, масло растит., соль йодированная)	150	20,00	9,02	6,69	40,81	259,18
646	Напиток лимонный (лимон сежий, сахар)	200	8,00	0,14	0,02	24,43	101,20
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>							
ПР	Сок фруктовый в индивидуальной упаковке	200	19,09	1,00	0,20	20,20	86,60
<b>Итого:</b>		<b>700</b>	<b>62,20</b>	<b>22,44</b>	<b>18,24</b>	<b>133,90</b>	<b>789,66</b>
<b>Обед</b>							
71	Овощи свежие (помидор порционно)	60	7,00	0,66	0,12	2,28	14,40
88	Щи из свежей капусты и картофеля на бульоне из мяса цыплят, с зеленью (б/к капуста, томат.пюре, морк., лук репч.,мясо кур.,масло растит.,укроп зелень, йодир. соль)	200/15/1	20,00	6,70	10,98	15,00	121,59
256	Мясо тушеное (свинина) (свинина мякоть, морковь, лук репч., раст. масло, томат. соус, пшеничн. мука, йодир. соль)	40/50	33,00	12,41	8,82	2,55	139,22
302	Каша гречневая рассыпчатая с маслом растительным (крупа гречневая, растит. масло, йодир. соль)	150	18,00	9,02	6,69	40,81	259,18
377	Чай фруктовый (вишня) (чай черный, сахар, вишня св./мор.)	200	5,00	0,10	0,03	15,00	60,61
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 свежее порционно)	100	19,09	1,00	0,40	10,00	44,40
<b>Итого:</b>		<b>866</b>	<b>87,10</b>	<b>33,38</b>	<b>27,56</b>	<b>110,01</b>	<b>755,52</b>
<b>Всего:</b>		<b>1566</b>	<b>149,30</b>	<b>55,82</b>	<b>45,8</b>	<b>243,91</b>	<b>1545,18</b>

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

*А.В.С.*, *И.В.С.*



Утверждаю

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

Меню на "27" октября 2022г  
Возрастная категория с 7 до 11 лет

Согласовано  
ГБОУ С(О)ОШ № 13  
Директор

9 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>							
279/331	Гёфтели из мяса цыплят с соусом (филе кур, крупа рисовая, яйцо кур., лук репч., соус-томат. поре, мука пшенич., йодир, соль)	60/50	31,00	9,58	10,91	28,92	249,94
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
646	Напиток лимонный (лимон сежий, сахар)	200	8,00	0,14	0,02	24,43	101,20
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>							
ПР	Сок фруктовый в индивидуальной упаковке	200	19,09	1,00	0,20	20,20	86,60
<b>Итого:</b>		<b>700</b>	<b>62,20</b>	<b>23,85</b>	<b>18,98</b>	<b>120,38</b>	<b>748,57</b>
<b>Обед</b>							
71	Овощи свежие (помидор порционно)	60	7,00	0,66	0,12	2,28	14,40
88	Щи из свежей капусты и картофеля на бульоне из мяса цыплят, со сметаной, зеленью (б/к капуста, томат.поре, морк., лук репч., мясо кур., масло растит., сметана 15%, укроп зелень, йодир. соль)	200/15/10/1	20,00	6,96	12,48	15,30	137,39
256	Мясо тушеное (свинина) (свинина мякоть, морковь, лук репч., раст. масло, томат. соус, пшеничн.мука, йодир.соль)	40/50	33,00	12,41	8,82	2,55	139,22
302	Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, сл. масло, йодир. соль)	150	18,00	9,02	6,69	40,81	259,18
377	Чай фруктовый (вишня)	200	5,00	0,10	0,03	15,00	60,61
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный	30/20	4,10	3,49	0,52	24,37	116,12
<b>Дополнительная витаминизация</b>							
ПР	Сыр плавленый ломтевой сливочный классич.	18	19,09	1,75	4,73	0,86	50,75
<b>Итого:</b>		<b>794</b>	<b>87,10</b>	<b>34,39</b>	<b>33,39</b>	<b>101,17</b>	<b>777,67</b>
<b>Всего:</b>		<b>1494</b>	<b>149,30</b>	<b>58,24</b>	<b>52,37</b>	<b>221,55</b>	<b>1526,24</b>

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством Александр Александрович



Меню на "27" октября 2022г  
 Возрастная категория с 7 до 11 лет

9 день цикл. меню (пелиакия)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭН, ккал
<b>Завтрак</b>							
279/331	Тефтели из мяса цыплят с соусом (филе кур, крупа рисовая, яйцо кур., лук репч., соус- томат. пюре, мука пшенич., йодир. соль)	60/50	31,00	9,58	10,91	28,92	249,94
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
646	Напиток лимонный (лимон сежий, сахар)	200	8,00	0,14	0,02	24,43	101,20
ПР	Хлебцы безглютеновые кукурузно-рисовые	15	3,20	1,20	0,50	8,90	45,00
<b>Дополнительная витаминизация</b>							
ПР	Сок фруктовый в индивидуальной упаковке	200	19,09	1,00	0,20	20,20	86,60
<b>Итого:</b>		<b>675</b>	<b>62,20</b>	<b>21,35</b>	<b>18,86</b>	<b>89,54</b>	<b>614,23</b>
<b>Обед</b>							
71	Овощи свежие (помидор порционно)	60	7,00	0,66	0,12	2,28	14,40
88	Щи из свежей капусты и картофеля на бульоне из мяса цыплят, со сметаной, зеленью (б/к капуста, томат.пюре, морк., лук репч., мясо кур., масло растит., сметана 15%, укроп зелень, йодир. соль)	200/15/10/1	20,90	6,96	12,48	15,30	137,39
256	Мясо тушеное (свинина) (свинина мякоть, морковь, лук репч., раст. масло, томат. соус, пшеничн. мука, йодир. соль)	35/60	33,00	6,88	18,31	1,66	198,25
302	Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, сл. масло, йодир. соль)	150	18,00	9,02	6,69	40,81	259,18
377	Чай фруктовый (вишня) (чай черный, сахар, вишня св./мор.)	200	5,00	0,10	0,03	15,00	60,61
ПР	Хлебцы безглютеновые кукурузно-рисовые	15	3,20	1,20	0,50	8,90	45,00
<b>Дополнительная витаминизация</b>							
ПР	Сыр плавленый ломтевой сливочный классич.	18	19,09	1,75	4,73	0,86	50,75
<b>Итого:</b>		<b>764</b>	<b>87,10</b>	<b>24,82</b>	<b>38,13</b>	<b>83,95</b>	<b>714,83</b>
<b>Всего:</b>		<b>1439</b>	<b>149,30</b>	<b>46,17</b>	<b>56,99</b>	<b>173,49</b>	<b>1329,06</b>

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

*Олисова Т.П.* *Олисова Т.П.*