

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

Меню на "30" сентября 2022г
 Возрастная категория с 7 до 11 лет

Согласовано
 ГБОУ С (О)ОШ № 13
 Директор Г.П.Олисова

5 день цикл. меню (аллергия на молочный белок)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
Завтрак							
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
	Итого:	500	62,20	20,99	24,45	96,49	692,07
Обед							
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) /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	35,00	7,40	5,48	6,97	107,50
199	Пюре гороховое с маслом растительным (горох лущенный, масло растит., соль йодированная)	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
	Итого:	701	87,10	23,29	15,80	91,63	588,88
	Всего:	1201	149,30	44,28	40,25	188,12	1280,95

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

Овечкина М.И.

Утверждено

МУП "Школьное питание" г.о. Жигулевск

Директор Т.П. Олисова



Согласовано

ГБОУ С (О)ОШ № 13



Меню на "30" сентября 2022г

Возрастная категория с 7 до 11 лет

5 день цикл. меню (аллергия на рыбу)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
Завтрак							
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
	Итого:	500	62,20	20,99	24,45	96,49	692,07
Обед							
101/105	Суп картофельный с крупой и мясными фрикадельками (картофель, крупа рисовая, лук репч., морковь, масло растит., мясо говяд., лук репчат., яйцо)	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
	Итого:	701	87,10	23,29	15,80	91,63	588,88
	Всего:	1201	149,30	44,28	40,25	188,12	1280,95

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

Азар-Александровна

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

Меню на "30" сентября 2022г
 Возрастная категория с 7 до 11 лет

Согласовано
 ГБОУ С (О)ОШ № 13/П
 Директор _____

5 день цикл. меню (пятидневное)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
Завтрак							
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
389	Сок фруктовый (в ассортименте)	200	8,00	0,20	0,26	22,60	92,00
ПР	Хлебцы безглютеновые кукурузно-рисовые	15	3,20	1,20	0,50	8,90	45,00
	Итого:	475	62,20	19,03	24,70	76,45	603,53
Обед							
106	Суп картофельный с рыбными консервами (картофель, морковь, лук репч., крупа, раст. масло, укроп зелень, консервы рыбные, йодир. соль)	200/1	24,90	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	Хлебцы безглютеновые кукурузно-рисовые	15	3,20	1,20	0,50	8,90	45,00
	Итого:	666	87,10	21,00	15,78	76,16	517,76
	Всего:	1141	149,30	40,03	40,48	152,61	1121,29

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством _____

Авдеев, *Авдеев*