

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

Меню на "15"марта 2023г
 Возрастная категория с 7 до 11 лет

Согласовано
 ГБОУ С (О)ОШ № 211

Директор

8 день цикл. меню (молочный белок)

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход, г | Цена, руб | Химический состав | | | |
|----------------|--|-------------|---------------|-------------------|--------------|---------------|----------------|
| | | | | белки, г | жиры, г | углеводы, г | ЭЦ, ккал |
| Завтрак | | | | | | | |
| 21 | Салат из соленого огурца с луком репчатым (огурец соленый, лук репчатый, масло растительное) | 60 | 10,00 | 0,00 | 3,06 | 3,56 | 36,98 |
| 258 | Мясо духовое (свинина) мякоть, раст. масло, картофель, морковь, лук репчатый, мука пшеничная, соль йодир.) | 45/160 | 49,60 | 16,25 | 12,43 | 31,06 | 285,00 |
| 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 | 2,89 | 0,47 | 17,91 | 87,60 |
| | Итого: | 505 | 67,80 | 19,24 | 15,99 | 67,53 | 470,19 |
| Обед | | | | | | | |
| 101/105 | Суп картофельный с макаронными изделиями и мясными фрикадельками (картофель, макаронные изделия, лук репчат., морковь, масло растит., мясо говяд., лук репчат., яйцо кур., йодир. сол., зелень) | 200/20/1 | 33,84 | 7,00 | 4,06 | 4,10 | 132,56 |
| 291 | Плов из цыплят (мясо кур., крупа рисовая, лук репчат., морковь, масло растит., томат. пюре, йодир. соль) | 40/160 | 44,00 | 11,20 | 18,31 | 38,93 | 340,41 |
| 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 | 19,60 | 105,30 |
| ПР | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.) | 30/20 | 4,10 | 3,75 | 0,61 | 22,42 | 110,40 |
| | Итого: | 711 | 94,94 | 26,81 | 27,42 | 117,05 | 821,47 |
| | Всего: | 1216 | 162,74 | 46,05 | 43,41 | 184,58 | 1291,66 |

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

С.А. Кустова

Утверждаю

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

Согласовано
 ГБОУ С (О)ОШ № 13

Директор _____

Меню на "15" марта 2023г
 Возрастная категория с 7 до 11 лет

8 день цикл. меню (аллергия на рыбу)

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход, г | Цена, руб | Химический состав | | | |
|-------------|---|-------------|---------------|-------------------|--------------|---------------|----------------|
| | | | | белки, г | жиры, г | углеводы, г | ЭЦ, ккал |
| | Завтрак | | | | | | |
| 21 | Салат из соленого огурца с луком репчатым (огурец соленый, лук репчатый, масло растительное) | 60 | 10,00 | 0,00 | 3,06 | 3,56 | 36,98 |
| 258 | Мясо духовое (свинина мякоть, раст. масло, картофель, морковь, лук репчатый, мука пшеничная, соль йодир.) | 45/160 | 49,60 | 16,25 | 12,43 | 31,06 | 285,00 |
| 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 | 2,89 | 0,47 | 17,91 | 87,60 |
| | Итого: | 505 | 67,80 | 19,24 | 15,99 | 67,53 | 470,19 |
| | Обед | | | | | | |
| 101/105 | Суп картофельный с макаронными изделиями и мясными фрикадельками (картофель, макаронные изделия, лук репчат., морковь, масло растит., мясо говяд., лук репчат., яйцо кур., йодир. сол., зелень) | 200/20/1 | 33,84 | 7,00 | 4,06 | 4,10 | 132,56 |
| 291 | Плов из цыплят (мясо кур., крупа рисовая, лук репчат., морковь, масло растит., томат. пюре, йодир. соль) | 50/160 | 44,00 | 11,20 | 18,31 | 38,93 | 340,41 |
| 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 | 19,60 | 105,30 |
| ПР | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.) | 30/20 | 4,10 | 3,75 | 0,61 | 22,42 | 110,40 |
| | Итого: | 721 | 94,94 | 26,81 | 27,42 | 117,05 | 821,47 |
| | Всего: | 1226 | 162,74 | 46,05 | 43,41 | 184,58 | 1291,66 |

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством _____

С.А. Кустова

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

Меню на "15" марта 2023г
Возрастная категория с 7 до 11 лет

Согласовано
ГБОУ СОШ № 13

Директор _____

8 день цикл. меню (цел. дня)

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход, г | Цена, руб | Химический состав | | | ЭЦ, ккал |
|----------------|---|-------------|---------------|-------------------|--------------|---------------|----------------|
| | | | | белки, г | жиры, г | углеводы, г | |
| <i>Завтрак</i> | | | | | | | |
| 21 | Салат из соленого огурца с луком репчатым (огурец соленый, лук репчатый, масло растительное) | 60 | 10,00 | 0,00 | 3,06 | 3,56 | 36,98 |
| 258 | Мясо духовое (свинина) мякоть, раст. масло, картофель, морковь, лук репчатый, мука пшеничная, соль йодир.) | 45/160 | 49,60 | 16,25 | 12,43 | 31,06 | 285,00 |
| 377 | Чай фруктовый (черноплодная рябина) (чай черный, сахар, рябина 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 |
| Итого: | | 480 | 67,80 | 17,55 | 16,02 | 58,52 | 427,59 |
| <i>Обед</i> | | | | | | | |
| 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 | 33,84 | 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) | 50/160 | 49,90 | 11,20 | 18,31 | 38,93 | 340,41 |
| 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 |
| Итого: | | 636 | 94,94 | 19,67 | 22,94 | 94,75 | 641,17 |
| Всего: | | 1116 | 162,74 | 37,22 | 38,96 | 153,27 | 1068,76 |

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством _____

_____ / С.А. Кустова /