

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

Меню на "17" января 2022 г.  
 Возрастная категория с 7 до 11 лет

Согласовано  
 ГБОУ СОШ № 13  
 Директор С.А. Кустова

12 день цикл. меню (молочный белок)

| № рецептуры    | Наименование блюда  | Выход, г    | Цена, руб     | Химический состав |              |               | Энергетическая |
|----------------|---|-------------|---------------|-------------------|--------------|---------------|----------------|
|                |   |             |               | белки, г          | жиры, г      | углеводы, г   |                |
| <b>Завтрак</b> |   |             |               |                   |              |               |                |
| 243/540        | Сосиска отварная с соусом красным основным (сосиска говяжья "Экстра", томатное пюре, мука пшеничная, соль йодированная, лук репчатый, морковь)                            | 55/50       | 33,00         | 6,16              | 7,00         | 2,98          | 173,90         |
| 302            | Каша пшеничная рассыпчатая с маслом растительным (крупа пшеничная, масло растит., соль йодированная)  | 150         | 15,60         | 6,93              | 5,11         | 37,90         | 228,87         |
| 376            | Чай с сахаром (чай черный, сахар)   | 200         | 8,00          | 0,07              | 0,02         | 15,00         | 60,00          |
| ПР             | Булочная мелочь (мука пшеничн., раст. масло, соль, сахар, дрожжи.)  | 40          | 8,00          | 2,37              | 3,57         | 18,54         | 115,83         |
| ПР             | Батон особый (мука пшеничная, дрожжи, раст. масло, сахар, йодир. соль)  | 40          | 3,20          | 3,08              | 1,32         | 19,92         | 104,80         |
|                | <b>Итого:</b>   | <b>535</b>  | <b>67,80</b>  | <b>18,61</b>      | <b>17,02</b> | <b>94,34</b>  | <b>683,40</b>  |
| <b>Обед</b>    |   |             |               |                   |              |               |                |
| 52             | Салат из свеклы с чесноком (свекла отварная, чеснок, масло растительное, соль йодированная)   | 60          | 6,00          | 0,71              | 3,04         | 4,18          | 46,92          |
| 96             | Рассольник "Ленинградский" на бульоне из мяса цыплят, зеленью (картофель п/ф., крупа перловая, огурцы консервир., морк., лук репч., мясо кур., укроп зелень, йодир. соль) | 200/15/1    | 19,84         | 7,30              | 12,43        | 24,80         | 166,52         |
| 268            | Шницель из свинины (мякоть свинины, хлеб пшеничный, масло растительное, соль йодированная, лук репчатый)  | 60          | 38,00         | 10,08             | 9,42         | 11,26         | 156,38         |
| 310            | Картофель отварной с растительным маслом, зеленью (картофель, масло растит., соль йодир., зелень)   | 140         | 23,00         | 2,83              | 5,46         | 22,89         | 152,31         |
| 389            | Сок фруктовый (в ассортименте)  | 200         | 4,00          | 0,20              | 0,26         | 22,60         | 92,00          |
| ПР             | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)  | 30/20       | 4,10          | 3,75              | 0,61         | 22,42         | 110,40         |
|                | <b>Итого:</b>   | <b>726</b>  | <b>94,94</b>  | <b>24,87</b>      | <b>31,22</b> | <b>108,15</b> | <b>724,53</b>  |
|                | <b>Всего:</b>   | <b>1261</b> | <b>162,74</b> | <b>43,48</b>      | <b>48,24</b> | <b>202,49</b> | <b>1407,93</b> |

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством Александров А.И.

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

Меню на "17" декабря 2022 г.  
 Возрастная категория с 7 до 11 лет

Согласовано  
 Директор  
 ГБОУ СОШ № 13

12 день шк. меню (аллергия на рыбу)

| № рецептуры    | Наименование блюда  | Выход, г    | Цена, руб     | Химический состав |              |               |                |
|----------------|---|-------------|---------------|-------------------|--------------|---------------|----------------|
|                |   |             |               | белки, г          | жиры, г      | углеводы, г   | ЭЦ, ккал       |
| <b>Завтрак</b> |   |             |               |                   |              |               |                |
| 175            | Каша вязкая молочная из риса и пшена со слив.<br>МАСЛОМ (крупа рисовая, пшено, молоко 2,5 %, слив. масло 72%, сахар, йодир. соль.)  | 160/10      | 15,60         | 4,91              | 3,70         | 21,00         | 170,54         |
| 243            | Сосиска отварная (сосиска говяжья "Экстра")   | 55          | 33,00         | 5,72              | 9,06         | 11,06         | 124,30         |
| 378            | Чай с молоком<br>(чай черный, молоко 2,5 %, сахар)  | 200         | 8,00          | 1,59              | 1,64         | 12,38         | 70,96          |
| ПР             | Булочная мелочь<br>(мука пшеничн., раст. масло, соль, сахар, дрожжи.)   | 40          | 8,00          | 2,37              | 3,57         | 18,54         | 115,83         |
| ПР             | Батон особый<br>( мука пшеничная, дрожжи, раст. масло, сахар, йодир. соль)  | 40          | 3,20          | 3,08              | 1,32         | 19,92         | 104,80         |
|                | <b>Итого:</b>   | <b>505</b>  | <b>67,80</b>  | <b>17,67</b>      | <b>19,29</b> | <b>82,90</b>  | <b>586,43</b>  |
| <b>Обед</b>    |   |             |               |                   |              |               |                |
| 52             | Салат из свеклы с чесноком<br>(свекла отварная, чеснок, масло растительное, соль йодированная)  | 60          | 6,00          | 0,71              | 3,04         | 4,18          | 46,92          |
| 96             | Рассольник "Ленинградский" на бульоне из мяса<br>цыплят, сметаной, зеленью (картофель п/ф., крупа перловая,<br>огурцы консервир., морк., лук репч., мясо кур., сметана 15 %, укроп зелень, йодир. соль) | 200/15/10/1 | 19,84         | 6,99              | 10,45        | 22,40         | 190,30         |
| 268/331        | Шницель из свинины с соусом сметанным с<br>томатом (мясо свинины, хлеб пшеничный, лук репчатый, соль йодированная, масло<br>растительное, сметана 15%, томатное пюре)                                   | 60/30       | 38,00         | 11,57             | 7,65         | 19,50         | 165,30         |
| 312            | Картофельное пюре<br>(картофель, молоко 2,5 %, слив. масло 72%, йодир. соль)  | 150         | 23,00         | 3,28              | 5,60         | 22,06         | 152,24         |
| 376            | Чай с сахаром<br>(чай черный, сахар)  | 200         | 4,00          | 0,10              | 0,03         | 10,01         | 40,66          |
| ПР             | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный<br>(мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)   | 30/20       | 4,10          | 3,75              | 0,61         | 22,42         | 110,40         |
|                | <b>Итого:</b>   | <b>776</b>  | <b>94,94</b>  | <b>26,40</b>      | <b>27,38</b> | <b>100,57</b> | <b>705,82</b>  |
|                | <b>Всего:</b>   | <b>1281</b> | <b>162,74</b> | <b>44,07</b>      | <b>46,67</b> | <b>183,47</b> | <b>1292,25</b> |

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

*С.А. Кустова*

12 день цикла меню (целника)

| № рецептуры    | Наименование блюда  | Выход, г    | Цена, руб     | Химический состав |              |               |                |
|----------------|---|-------------|---------------|-------------------|--------------|---------------|----------------|
|                |   |             |               | белки, г          | жиры, г      | углеводы, г   | ЭЦ, ккал       |
| <b>Завтрак</b> |   |             |               |                   |              |               |                |
| 175            | Каша вязкая молочная из риса и пшена со слив. МАСЛОМ (крупа рисовая, пшено, молоко 2,5 %, слив. масло 72%, сахар, йодир. соль.)   | 160/10      | 23,60         | 4,91              | 3,70         | 21,00         | 170,54         |
| 243            | Сосиска отварная (сосиска говяжья "Экстра")   | 55          | 33,00         | 5,72              | 9,06         | 11,06         | 124,30         |
| 378            | Чай с молоком (чай черный, молоко 2,5 %, сахар)   | 200         | 8,00          | 1,59              | 1,64         | 12,38         | 70,96          |
| ПР             | Хлебцы безглютеновые кукурузно-рисовые  | 15          | 3,20          | 1,20              | 0,50         | 8,90          | 45,00          |
|                | <b>Итого:</b>   | <b>440</b>  | <b>67,80</b>  | <b>13,42</b>      | <b>14,90</b> | <b>53,34</b>  | <b>410,80</b>  |
| <b>Обед</b>    |   |             |               |                   |              |               |                |
| 52             | Салат из свеклы с чесноком (свекла отварная, чеснок, масло растительное, соль йодированная)   | 60          | 6,00          | 0,71              | 3,04         | 4,18          | 46,92          |
| 96             | Рассольник "Ленинградский" на бульоне из мяса цыплят, сметаной, зеленью (картофель п/ф., крупа перловая, огурцы консервир., морк., лук репч., мясо кур., сметана 15 %, укроп зелень, йодир. соль) | 200/15/10/1 | 20,74         | 6,99              | 10,45        | 22,40         | 190,30         |
| 268/331        | Шницель из свинины с соусом сметанным с томатом (мясо свинины, хлеб пшеничный, лук репчатый, соль йодированная, масло растительное, сметана 15%, томатное пюре)                                   | 60/30       | 38,00         | 11,57             | 7,65         | 19,50         | 165,30         |
| 312            | Картофельное пюре (картофель, молоко 2,5 %, слив. масло 72%, йодир. соль)   | 150         | 23,00         | 3,28              | 5,60         | 22,06         | 152,24         |
| 376            | Чай с сахаром (чай черный, сахар)   | 200         | 4,00          | 0,10              | 0,03         | 10,01         | 40,66          |
| ПР             | Хлебцы безглютеновые кукурузно-рисовые  | 15          | 3,20          | 1,20              | 0,50         | 8,90          | 45,00          |
|                | <b>Итого:</b>   | <b>741</b>  | <b>94,94</b>  | <b>23,85</b>      | <b>27,27</b> | <b>87,05</b>  | <b>640,42</b>  |
|                | <b>Всего:</b>   | <b>1181</b> | <b>162,74</b> | <b>37,27</b>      | <b>42,17</b> | <b>140,39</b> | <b>1051,22</b> |

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

*С.А. Кустова*, *М.А. Кустова*