

Утверждаю

МУП "Школьное питание" г.о.Жигулевск

Директор С.А. Кустова

Меню на "18" мая 2023г

Возрастная категория с 7 до 11 лет

Согласовано

ГБОУ С.О.ЮНЦ

Директор

4 день цикл. меню (молочный белок)

№ репертуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
Завтрак							
290/540	Грудка куриная (филе) в соусе красном основном (мясо кур., масло растит., томат.паста,морковь,лук репчатый, йодир.соль.)	50/30	30,60	0,49	3,15	2,09	38,91
310	Картофель отварной с растительным маслом, зеленью (картофель, масло растит., соль)	150	20,00	3,04	5,85	24,53	163,19
376	Чай с сахаром (чай черный, сахар)	200	4,00	0,10	0,03	10,01	40,66
ПР	Круассан (мука пшеничная,масло сливочное,соль,сахар)	40	10,00	4,20	4,35	29,60	174,05
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный	20/20	3,20	2,89	0,47	17,91	87,60
	Итого:	510	67,80	10,72	13,85	84,14	504,41
Дополнительная витаминизация							
ПР	Десерт фруктовый (апельсин)	100	18,01	0,90	0,20	8,10	43,00
Обед							
45	Салат из б/к капусты с кукурузой (капуста б/к,масло растительное,соль йодированная,кукуруза)	60	6,00	1,47	3,34	8,83	71,76
101	Суп картофельный с рисом на бульоне из мяса цыплят, зеленью(картофель п/ф., крупа рис., морк., лук репч., мясо кур, масло раст., укроп зелень, йодир. соль)	200/15/1	18,24	5,82	5,82	14,06	132,23
279/540	Гёфтели из мяса цыплят с соусом красным основным(филе кур, крупа рисовая, яйцо кур., лук репч.,морковь, соус- томат. шоре, мука пшенич., йодир.соль)	65/30	42,60	8,88	4,65	10,49	119,59
309	Макаронные изделия отварные с растительным маслом(макарони из пшен.муки, масло)	150	11,00	5,80	5,01	37,05	216,72
389	Сок фруктовый (в ассортименте)	200	13,00	0,20	0,26	22,60	92,00
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный	30/20	4,10	3,75	0,61	22,42	110,40
	Итого:	771	94,94	25,92	19,69	115,45	742,70
	Всего:	1281	162,74	36,64	33,54	199,59	1247,11
Дополнительная витаминизация							
ПР	Десерт фруктовый (апельсин)	100	18,01	0,90	0,20	8,10	43,00

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

августин / *Фаранельс*



4 день цикл. меню (аллергия на рыбу)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
Завтрак							
290/331	Грудка куриная (филе) в соусе сметанном с томатом (мясо кур., сметана 15%, томатное пюре, мука пшеничная, сл. масло 72%, йодир. соль.)	50/30	28,60	0,49	3,15	2,09	38,91
200	Пюре из гороха и картофеля (картофель, горох лущеный, молоко 2,5%, слив. масло 72%, йодир. соль.)	150	22,00	10,41	7,71	27,27	220,48
376	Чай с сахаром (чай черный, сахар)	200	4,00	0,10	0,03	10,01	40,66
ПР	Круассан (мука пшеничная, масло сливочное, соль, сахар)	40	10,00	4,20	4,35	29,60	174,05
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	20/20	3,20	2,89	0,47	17,91	87,60
Итого:		510	67,80	18,09	15,71	86,88	561,70
Дополнительная витаминизация							
ПР	Сыр плавленый ломтевой сливочный	18	18,01	1,75	4,73	0,88	53,03
Обед							
45	Салат из б/к капусты с кукурузой (капуста б/к, масло растительное, соль йодированная, кукуруза)	60	6,00	1,47	3,34	8,83	71,76
101	Суп картофельный с рисом на бульоне из мяса цыплят, зеленью (картофель п/ф., крупа рис.,)	200/15/1	18,24	5,82	5,82	14,06	132,23
298/540	Куриные шарики с сыром с соусом красным основным (мясо цыплят, сыр, соль)	60/30	42,60	11,16	14,51	8,86	211,60
309	Макаронные изделия отварные (макарониз пшен. муки, сыр п/тв. 45%, слив. масло 72%, йодир. соль.)	150	11,00	5,80	5,01	37,05	216,72
389	Сок фруктовый (в ассортименте)	200	13,00	0,20	0,26	22,60	92,00
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный	30/20	4,10	3,75	0,61	22,42	110,40
Итого:		766	94,94	28,20	29,55	113,82	834,71
Всего:		1276	162,74	46,29	45,26	200,70	1396,41
Дополнительная витаминизация							
ПР	Сыр плавленый ломтевой сливочный	18	18,01	1,75	4,73	0,88	53,03

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

С.А.Кустова, *С.А.Кустова*

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

Меню на "18" мая 2023г
 Возрастная категория с 7 до 11 лет

Согласовано
 ГБОУ С (О) ОШ № 1
 Директор С.А. Кустова

4 день цикл меню (пятидневка)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
	Завтрак						
290/331	Грудка куриная (филе) в соусе сметанном с томатом (мясо кур., сметана 15%, томатное пюре, мука пшеничная, сл. масло 72%, йодир. соль.)	50/30	38,60	0,49	3,15	2,09	38,91
200	Пюре из гороха и картофеля (картофель, горох лущеный, молоко 2,5%, слив. масло 72%, йодир. соль)	150	22,00	10,41	7,71	27,27	220,48
376	Чай с сахаром (чай черный, сахар)	200	4,00	0,10	0,03	10,01	40,66
ПР	Хлебцы безглютеновые кукурузно-	15	3,20	1,20	0,50	8,90	45,00
	Итого:	445	67,80	12,20	11,39	48,27	345,05
	<i>Дополнительная витаминизация</i>						
ПР	Сыр плавильный ломтевой сливочный	18	18,01	1,75	4,73	0,86	50,75
	Обед						
45	Салат из б/к капусты с кукурузой (капуста б/к, масло растительное, соль йодированная, кукуруза)	60	6,00	1,47	3,34	8,83	71,76
101	Суп картофельный с рисом на бульоне из мяса цыплят, зеленью (картофель п/ф., крупа рис., морк., лук репч., мясо кур, масло раст., укроп зелень, йодир. соль)	200/15/1	18,24	3,50	3,82	14,06	132,23
298/540	Куриные шарики с сыром с соусом красным основным (мясо цыплят, сыр, соль йодированная, масло растительное, хлеб пшеничный)	60/30	42,60	11,16	14,51	8,86	211,60
304	Рис отварной (крупа рисовая, слив. масло, йодир. соль)	150	11,90	3,81	6,11	40,01	230,31
389	Сок фруктовый (в ассортименте)	200	13,00	0,20	0,26	22,60	92,00
ПР	Хлебцы безглютеновые кукурузно-	15	3,20	1,20	0,50	8,90	45,00
	Итого:	731	94,94	21,34	28,54	103,26	782,90
	Всего:	1176	162,74	33,54	39,93	151,53	1127,95
	<i>Дополнительная витаминизация</i>						
ПР	Сыр плавильный ломтевой сливочный	18	18,01	1,75	4,73	0,86	50,75

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

Александр Николаевич