

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

Согласовано  
 ГБОУ С (О)ОИ № 12  
 Директор

Меню на "19" января 2022 г.  
 Возрастная категория с 7 до 11 лет

14 день цикла. 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>							
98.06/540	Котлета мясо-рыбная "Веста" с соусом красным основным (филе цыпленка, минтая, морковь, лук репчатый, хлеб пшеничн., раст.масло)	60/30	25,60	5,80	5,80	13,90	156,83
310	Картофель отварной с растительным маслом, зеленью (картофель, масло растит., соль йодир.,зелень)	160	25,00	3,04	5,85	24,53	163,19
377	Чай с лимоном (чай черный,сахар,лимон св.)	200	6,00	0,16	0,03	10,22	43,04
ПР	Булочная мелочь (мука пшеничн., раст. масло, соль, сахар, дрожжи.)	40	8,00	3,37	3,57	18,54	115,83
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	20/20	3,20	2,89	0,47	17,91	87,60
<b>Итого:</b>		<b>530</b>	<b>67,80</b>	<b>15,26</b>	<b>15,72</b>	<b>85,10</b>	<b>566,49</b>
<b>Обед</b>							
62	Салат из моркови с чесноком (морковь,масло растительное,соль йодированная,чеснок)	60	6,00	0,69	6,05	3,65	72,45
99	Суп овощной на бульоне из мяса цыплят, зеленью (б/к капуста, картофель, лук репч.,морковь, мясо кур.,зел.горошек конс., раст. масло, укроп зелень, йодир. соль, лавр.лист)	200/15/1	20,84	4,80	8,10	23,10	137,67
265	Плов из свинины ( свинина постная мякоть, крупа рисовая, морковь, лук репч., раст. масло, соль йодир.)	50/150	56,00	16,86	12,44	19,80	348,55
349	Компот из сухофруктов (смесь сухофруктов, сахар)	200	8,00	0,66	0,09	32,00	132,80
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>26,76</b>	<b>27,29</b>	<b>100,97</b>	<b>801,87</b>
<b>Всего:</b>		<b>1256</b>	<b>162,74</b>	<b>42,02</b>	<b>43,01</b>	<b>186,07</b>	<b>1368,36</b>

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

*С.А. Кустова*

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

Меню на "19" января 2022 г.  
 Возрастная категория с 7 до 11 лет

Согласовано  
 ГБОУ СОШ № 1312  
 Директор  
 СОШ № 13

14 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>							
288/331	Цыплята отварные с соусом сметанным с томатом (цыпленок, соль йодированная, )	70/30	25,60	15,48	10,45	2,09	165,59
312	Картофельное пюре (картофель, молоко 2,5 %, слив. масло 72%, йодир. соль)	160	25,00	3,50	5,98	22,53	162,40
377	Чай с ЛИМОНОМ (чай черный, сахар, лимон св.)	200	6,00	0,16	0,03	10,22	43,04
ПР	Булочная мелочь (мука пшеничн., раст. масло, соль, сахар, дрожжи,)	40	8,00	3,37	3,57	18,54	115,83
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	20/20	3,20	2,89	0,47	17,91	87,60
<b>Итого:</b>		<b>530</b>	<b>67,80</b>	<b>25,40</b>	<b>20,50</b>	<b>71,29</b>	<b>574,46</b>
<b>Обед</b>							
62	Салат из моркови с чесноком (морковь, масло растительное, соль йодированная, чеснок)	60	6,00	0,69	6,05	3,65	72,45
99	Суп овощной на бульоне из мяса цыплят, зеленью (б/к капуста, картофель, лук репч., морковь, мясо кур., зел. горошек конс., раст. масло, укроп зелень, сметана 15%, йодир. соль, лавр. лист)	200/15/1	20,84	4,80	8,10	23,10	137,67
265	Плов из свинины (свинина постная мякоть, крупа рисовая, морковь, лук репч., раст. масло, соль йодир.)	50/150	56,00	16,86	12,44	19,80	348,55
349	Компот из сухофруктов (смесь сухофруктов, сахар)	200	8,00	0,66	0,09	32,00	132,80
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>26,76</b>	<b>27,29</b>	<b>100,97</b>	<b>801,87</b>
<b>Всего:</b>		<b>1256</b>	<b>162,74</b>	<b>52,16</b>	<b>47,79</b>	<b>172,26</b>	<b>1376,33</b>

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством: *Акулиничев*, *Александров*

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

Меню на "19" января 2022 г.  
 Возрастная категория с 7 до 11 лет

14 день цикл. меню (пеллакия)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
<b>Завтрак</b>							
98.06/331	Котлета мясо-рыбная "Веста" с соусом сметанным с томатом (филе цыпленка, минтая, морковь, лук репч., хлеб пшеничн., раст.масло,сметана 15%,томатное пюре)	60/30	33,60	5,80	5,80	13,90	156,83
312	Картофельное пюре (картофель, молоко 2,5 %, слив. масло 72%, йодир. соль)	160	25,00	3,50	5,98	22,53	162,40
377	Чай с лимоном (чай черный,сахар,лимон св.)	200	6,00	0,16	0,03	10,22	43,04
ПР	Хлебцы безглютеновые кукурузно-рисовые	15	3,20	1,20	0,50	8,90	45,00
	<b>Итого:</b>	<b>465</b>	<b>67,80</b>	<b>10,66</b>	<b>12,31</b>	<b>55,55</b>	<b>407,27</b>
<b>Обед</b>							
62	Салат из моркови с чесноком (морковь,масло растительное,соль йодированная,чеснок)	60	6,00	0,69	6,05	3,65	72,45
99	Суп овощной на бульоне из мяса цыплят, зеленью (б/к капуста, картофель, лук репч.,морковь, мясо кур,зел.горошек конс., раст. масло, укроп зелень, сметана 15%, йодир. соль, лавр.лист)	200/15/1	21,74	4,80	8,10	23,10	137,67
265	Плов из свинины (свинина постная мякоть, крупа рисовая, морковь, лук репч., раст. масло, соль йодир.)	50/150	56,00	16,86	12,44	19,80	348,55
349	Компот из сухофруктов (смесь сухофруктов, сахар)	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
	<b>Итого:</b>	<b>716</b>	<b>94,94</b>	<b>24,21</b>	<b>27,18</b>	<b>87,45</b>	<b>736,47</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1181</b>	<b>162,74</b>	<b>34,87</b>	<b>39,49</b>	<b>143,00</b>	<b>1143,74</b>

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

*Смирнов*, *Кустова С.А.*