

Утверждаю

МУП "Школьное питание" г.о. Жигулевск

Директор А.С. Кустова

Меню на "20" января 2023 г.

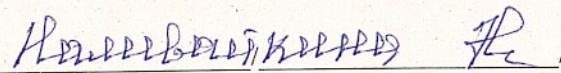
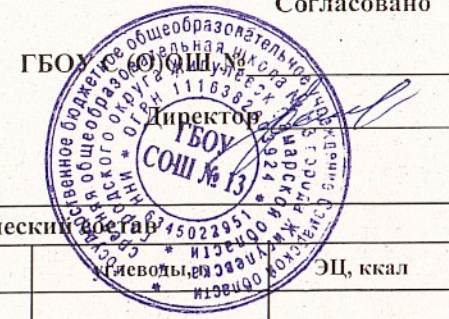
Возрастная категория с 12 лет и старше

15 день цикла меню

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход, г | Цена, руб | Химический состав | | | ЭЦ, ккал |
|----------------|--|-------------|---------------|-------------------|--------------|---------------|----------------|
| | | | | белки, г | жиры, г | углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | | | |
| 45 | Салат из белокочанной капусты с морковью (капуста б/к., морковь, лук репч., раст. масло, йодир. соль) | 60 | 6,00 | 0,93 | 3,05 | 5,65 | 54,36 |
| 251 | Свинина тушеная с томатом и луком (мякоть свинина, лук репч., томат. пюре, раст. масло, йодир. соль) | 40/15 | 39,80 | 7,40 | 8,80 | 2,40 | 136,48 |
| 302 | Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, сл. масло, йодир. соль) | 170 | 20,00 | 7,90 | 6,69 | 40,81 | 259,18 |
| 388 | Напиток из плодов шиповника (плоды шиповника суш., сахар, лимон. кисл.) | 200 | 12,00 | 0,00 | 0,00 | 9,48 | 39,90 |
| ПР | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.) | 30/25 | 4,60 | 4,05 | 0,66 | 24,64 | 120,90 |
| Итого: | | 540 | 82,40 | 20,28 | 19,20 | 82,98 | 610,82 |
| Обед | | | | | | | |
| 108/109 | Суп картофельный с клецками на бульоне из мяса цыплят, зеленью (картофель, морковь, лук репч., мясо кур., пшен. мука, | 250/15/10/1 | 20,60 | 8,19 | 8,61 | 23,94 | 206,44 |
| 295/540 | Котлеты рубленые из цыплят с соусом красным основным (мясо кур., пшен. хлеб, молоко 2,5 %, пшен. сухари, раст. масло, | 60/30 | 36,00 | 10,75 | 12,47 | 10,98 | 151,60 |
| 142/330 | Картофель и овощи, тушеные в соусе сметанном (картофель п/ф., морковь, лук репчат., масло растит., йодир. соль, соус-сметана 15%, | 140/25 | 18,00 | 4,08 | 6,35 | 18,10 | 152,63 |
| 377 | Чай фруктовый (черноплодная рябина) (чай черный, сахар, рябина св./мор.) | 200 | 5,00 | 0,10 | 0,03 | 15,00 | 60,61 |
| ПР | Булочка Десертная (мука пшеничная, соль йодированная, дрожжи хлебопекарные, сахар) | 50 | 10,00 | 4,20 | 4,35 | 29,60 | 174,05 |
| ПР | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный | 30/20 | 4,10 | 3,75 | 0,61 | 22,42 | 110,40 |
| Итого: | | 841 | 93,70 | 31,07 | 32,42 | 120,04 | 855,73 |
| Всего: | | 1381 | 176,10 | 51,35 | 51,62 | 203,02 | 1466,55 |

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

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

Согласовано
 ГБОУ С (О)ОЦ № 13
 Директор

Меню на "20" января 2023 г.

ОВЗ. Возрастная категория с 7 до 11 лет. Возрастная категория с 12 лет и старше

15 день цикла меню

| № 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 | 0,93 | 3,05 | 5,65 | 54,36 |
| 251 | Свинина тушеная с томатом и луком (мякоть свинина, лук репч., томат. пюре, раст. масло, йодир. соль) | 30/20 | 26,60 | 7,40 | 8,80 | 2,40 | 136,48 |
| 302 | Каша гречневая рассыпчая (крупа гречневая, сл. масло, йодир. соль) | 170 | 20,00 | 7,90 | 6,69 | 40,81 | 259,18 |
| 388 | Напиток из плодов шиповника (плоды шиповника суш., сахар, лимон. кисл.) | 200 | 12,00 | 0,00 | 0,00 | 9,48 | 39,90 |
| ПР | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.) | 20/20 | 3,20 | 2,89 | 0,47 | 17,91 | 87,60 |
| | Итого: | 520 | 67,80 | 19,12 | 19,01 | 76,25 | 577,52 |
| Обед | | | | | | | |
| 108/109 | Суп картофельный с клецками на бульоне из мяса цыплят, зеленью (картофель, морковь, лук репч., мясо кур., пшен. мука, яйцо кур., раст.масло, укроп зелень, йодир. соль) | 200/15/10/1 | 19,24 | 3,38 | 3,59 | 9,19 | 171,98 |
| 295/540 | Котлеты рубленые из цыплят с соусом красным ОСНОВНЫМ (мясо кур., пшен. хлеб, молоко 2,5 %, пшен. сухари, раст.масло, йодир. сол. томатное пюре) | 60/30 | 36,60 | 10,75 | 12,47 | 10,98 | 151,60 |
| 142/330 | Картофель и овощи, тушеные в соусе сметанном (картофель п/ф., морковь, лук репчат., масло растит., йодир. соль, соус-сметана 15%, мука пшенич., йодир. соль) | 150/30 | 20,00 | 4,08 | 6,35 | 18,10 | 152,63 |
| 377 | Чай фруктовый (черноплодная рябина) (чай черный, сахар, рябина св./мор.) | 200 | 5,00 | 0,10 | 0,03 | 15,00 | 60,61 |
| ПР | Булочка Десертная (мука пшеничная, соль йодированная, дрожжи хлебопекарные, сахар) | 50 | 10,00 | 4,20 | 4,35 | 29,60 | 174,05 |
| ПР | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.) | 30/20 | 4,10 | 3,75 | 0,61 | 22,42 | 110,40 |
| | Итого: | 796 | 94,94 | 26,26 | 27,40 | 105,29 | 821,27 |
| | Всего: | 1316 | 162,74 | 45,38 | 46,41 | 181,54 | 1398,79 |

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

А.С. Кустова