

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

Меню на "25" января 2023г
 Возрастная категория с 12 лет и старше



3 день цикла меню

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход, г | Цена, руб | Химический состав | | | |
|----------------|--|----------------|---------------|-------------------|--------------|---------------|----------------|
| | | | | белки, г | жиры, г | углеводы, г | ЭЦ, ккал |
| Завтрак | | | | | | | |
| 67 | Винегрет овощной (свекла отварная, морковь отварная, горошек консервированный, масло растительное, соль) | 40 | 6,46 | 0,58 | 4,09 | 5,75 | 50,50 |
| 260 | Гуляш из говядины (мясо говядины, лук репчатый, томатное пюре, соль йодированная, мука пшеничная, масло растительное) | 40/30 | 53,80 | 12,56 | 7,19 | 1,71 | 122,00 |
| 303 | Каша гречневая вязкая (крупа гречневая, соль йодированная, масло сливочное) | 150 | 9,00 | 4,36 | 5,50 | 25,66 | 145,43 |
| 377 | Чай фруктовый (с/м смородина) (чай черный, сахар, смородина суш./мор.) | 200 | 5,00 | 0,16 | 0,05 | 15,44 | 63,25 |
| ПР | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.) | 30/25 | 4,60 | 4,05 | 0,66 | 24,64 | 120,90 |
| | Итого: | 515 | 78,86 | 21,71 | 17,49 | 73,20 | 502,08 |
| Обед | | | | | | | |
| 183/184 | Борщ "Украинский" с пампушками (б/к капуста, картофель, морковь, свекла, лук репч., перец сладкий, мясо птицы, томат пюре, сметана 15%, укроп зелень, йодир. соль, сахар, к-та лимон., мука) | 250/20/15/10/1 | 27,60 | 10,04 | 14,8 | 30,39 | 256,96 |
| 289 | Рагу из цыплят (картофель, шампята, морковь, лук репч., томат. пюре, раст. масло, мука пшеничн., йодир. соль) | 50/140 | 40,00 | 13,33 | 12,18 | 19,44 | 280,70 |
| 388 | Напиток из плодов шиповника (плоды шиповника суш., сахар, лимон. кисл.) | 200 | 12,00 | 0,00 | 0,00 | 9,98 | 39,90 |
| ПР | Десерт фруктовый (яблоко) | 100 | 10,00 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 |
| ПР | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный | 30/20 | 4,10 | 3,75 | 0,61 | 22,42 | 110,40 |
| ПР | Сок фруктовый в индивидуальной упаковке | 200 | 16,72 | 0,20 | 0,26 | 22,60 | 92,00 |
| | Итого: | 1036 | 110,42 | 27,52 | 27,99 | 92,03 | 734,96 |
| | Всего: | 1551 | 189,28 | 49,23 | 45,48 | 165,23 | 1237,04 |

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством И.И.Иванов

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

Меню на "25" января 2023г

3 день цикла меню
ОВЗ. Возрастная категория с 7 до 11 лет. Возрастная категория с 12 лет и старше



| № рецептуры | Наименование блюда | Выход, г | Цена, руб | Химический состав | | | |
|----------------|---|----------------|---------------|-------------------|--------------|---------------|----------------|
| | | | | белки, г | жиры, г | углеводы, г | ЭЦ, ккал |
| Завтрак | | | | | | | |
| 67 | Винегрет овощной (свекла отварная, морковь отварная, горошек консервированный, масло растительное, соль йодированная, картофель отварной) | 60 | 10,00 | 0,87 | 6,10 | 8,59 | 75,37 |
| 260 | Гуляш из говядины (мясо говядины, лук репчатый, томатное пюре, соль йодированная, мука пшеничная, масло растительное) | 30/60 | 40,60 | 9,84 | 6,18 | 3,70 | 110,14 |
| 303 | Каша гречневая вязкая (крупа гречневая, соль йодированная, масло сливочное) | 150 | 9,00 | 4,36 | 5,50 | 25,66 | 145,43 |
| 377 | Чай фруктовый (с/м смородина) (чай черный, сахар, смородина св./мор.) | 200 | 5,00 | 0,16 | 0,05 | 15,44 | 63,25 |
| ПР | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный | 20/20 | 3,20 | 2,89 | 0,47 | 17,91 | 87,60 |
| | Итого: | 540 | 67,80 | 18,12 | 18,30 | 71,30 | 481,79 |
| Обед | | | | | | | |
| 183/184 | Борщ "Украинский" с пампушками (б/к капуста, картоф., морковь, свекла, лук репч., перец сладкий, мясо птицы, томат.пюре, сметана 15 %, укроп зелень, йодир. соль, сахар, к-та лимон., мука пшенич., чеснок, яйцо курин.) | 200/20/15/10/1 | 26,84 | 5,23 | 10,02 | 26,53 | 215,86 |
| 289 | Рагу из цыплят (картофель, цыплята, морковь, лук репч., томат.пюре, раст. масло, мука пшенич., йодир. соль) | 50/150 | 42,00 | 13,33 | 12,18 | 19,44 | 280,70 |
| 388 | Напиток из плодов шиповника (плоды шиповника суш., сахар, лимон. кисл.) | 200 | 12,00 | 0,00 | 0,00 | 9,98 | 39,90 |
| ПР | Десерт фруктовый(яблоко) | 100 | 10,00 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 |
| ПР | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный | 30/20 | 4,10 | 3,75 | 0,61 | 22,42 | 110,40 |
| | Итого: | 796 | 94,94 | 22,71 | 23,21 | 88,17 | 693,86 |
| | Всего: | 1336 | 162,74 | 40,83 | 41,51 | 159,47 | 1175,65 |

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

С.А. Кустова С.А. Кустова