

Утверждаю

МУП "Школьное питание" г.о. Жигулевск

Директор А.С.Кустова

Согласовано

ГБОУ С (О) ОШ №13

Меню на "30" марта 2023 г.

Возрастная категория с 7 до 11 лет

14 день цикл. меню

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход, г | Цена, руб | Химический состав | | | |
|----------------|---|-------------|---------------|-------------------|--------------|---------------|----------------|
| | | | | белки, г | жиры, г | углеводы, г | ЭЦ ккал |
| Завтрак | | | | | | | |
| 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 | 25,60 | 5,23 | 4,11 | 8,87 | 156,83 |
| 312 | Картофельное пюре (картофель, молоко 2,5 %, слив. масло 72%, йодир. соль) | 150 | 23,00 | 3,28 | 5,60 | 22,06 | 152,24 |
| 377 | Чай с лимоном (чай черный, сахар, лимон св.) | 200 | 6,00 | 0,16 | 0,03 | 10,22 | 43,04 |
| ПР | Пирожок с абрикосовой начинкой | 30 | 10,00 | 2,37 | 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 |
| | Итого: | 510 | 67,80 | 13,93 | 13,78 | 77,60 | 555,54 |
| Обед | | | | | | | |
| ПР | Десерт фруктовый(яблоко) | 100 | 10,00 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 |
| 99 | Суп овощной на бульоне из мяса цыплят, зелению (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 | 6,80 | 11,58 | 9,50 | 137,67 |
| 265 | Плов из свинины (свинина постная мякоть, крупа рисовая, морковь, лук репч., раст. масло, соль йодир.) | 40/170 | 52,00 | 16,57 | 12,89 | 45,49 | 364,63 |
| 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 |
| | Итого: | 776 | 94,94 | 28,18 | 25,57 | 119,21 | 792,50 |
| | Всего: | 1286 | 162,74 | 42,11 | 39,35 | 196,81 | 1348,04 |

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством Угалева И.И.

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

ГБОУ С (О)ОШ № 13



Меню на "30" марта 2023 г.
 Возрастная категория с 12 лет и старше

14 день цикл. меню

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход, г | Цена, руб | Химический состав | | | |
|----------------|---|-------------|---------------|-------------------|--------------|---------------|----------------|
| | | | | белки, г | жиры, г | углеводы, г | ЭЦ, ккал |
| Завтрак | | | | | | | |
| 98.06/331 | Котлета мясо-рыбная "Веста" с соусом сметанным с томатом (филе цыпленка, минтая, морковь, лук реп., хлеб пшеничн., раст.масло,сметана 15%,томатное пюре) | 80/30 | 35,80 | 6,04 | 4,59 | 9,99 | 105,93 |
| 312 | Картофельное пюре (картофель, молоко 2,5 %, слив. масло 72%, йодир. соль) | 170 | 26,00 | 3,97 | 7,91 | 25,53 | 184,05 |
| 377 | Чай с ЛИМОНОМ (чай черный,сахар,лимон св.) | 200 | 6,00 | 0,16 | 0,03 | 10,22 | 43,04 |
| ПР | Пирожок с абрикосовой начинкой | 30 | 10,00 | 2,37 | 3,57 | 18,54 | 115,83 |
| ПР | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.) | 30/25 | 4,60 | 4,05 | 0,66 | 24,64 | 120,90 |
| | Итого: | 565 | 82,40 | 16,59 | 16,76 | 88,92 | 569,75 |
| Обед | | | | | | | |
| ПР | Десерт фруктовый(яблоко) | 100 | 10,00 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 |
| 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) | 250/15/1 | 21,60 | 4,80 | 8,10 | 23,10 | 137,67 |
| 265 | Плов из свинины (свинина постная мякоть, крупа рисовая, морковь, лук репч., раст. масло, соль йодир.) | 40/160 | 50,00 | 16,29 | 12,35 | 16,29 | 348,20 |
| 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 |
| | Итого: | 816 | 93,70 | 25,90 | 21,55 | 103,61 | 776,07 |
| | Всего: | 1381 | 176,10 | 42,49 | 38,31 | 192,53 | 1345,82 |

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством 

Утверждаю

МУП "Школьное питание" г.о.Жигулевск

Директор А.С.Кустова

Согласовано
ГБОУ С (О) ОШ № 13
Директор

Меню на "30" марта 2023 г.

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

14 день цикл. меню

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход, г | Цена, руб | Химический состав | | | |
|----------------|---|-------------|---------------|-------------------|--------------|---------------|----------------|
| | | | | белки, г | жиры, г | углеводы, г | ЭН, ккал |
| Завтрак | | | | | | | |
| 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 | 25,60 | 5,23 | 4,11 | 8,87 | 156,83 |
| 312 | Картофельное пюре (картофель, молоко 2,5 %, слив. масло 72%, йодир. соль) | 150 | 23,00 | 3,28 | 5,60 | 22,06 | 152,24 |
| 377 | Чай с ЛИМОНОМ (чай черный,сахар,лимон св.) | 200 | 6,00 | 0,16 | 0,03 | 10,22 | 43,04 |
| ПР | Пирожок с абрикосовой начинкой | 30 | 10,00 | 2,37 | 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 |
| Итого: | | 510 | 67,80 | 13,93 | 13,78 | 77,60 | 555,54 |
| Обед | | | | | | | |
| ПР | Десерт фруктовый(яблоко) | 100 | 10,00 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 |
| 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 | 6,80 | 11,58 | 9,50 | 137,67 |
| 265 | Плов из свинины (свинина постная мякоть, крупа рисовая, морковь, лук репч., раст. масло, соль йодир.) | 40/170 | 52,00 | 16,57 | 12,89 | 45,49 | 364,63 |
| 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 |
| Итого: | | 776 | 94,94 | 28,18 | 25,57 | 119,21 | 792,50 |
| Всего: | | 1286 | 162,74 | 42,11 | 39,35 | 196,81 | 1348,04 |

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством Жигулевский И.И.