

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

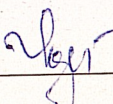
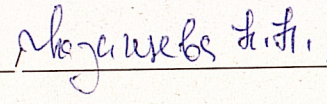
Меню на "31" января 2023г
Возрастная категория с 7 до 11 лет

ГБОУ С (О)ОШ № 13
Директор
ГБОУ С (О)ОШ № 13

7 день цикл меню (аллергия на рыбу)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
Завтрак							
ГР	Выпечка Кныш (картофель, мясо курицы, мука пшеничная, соль йодированная, масло сливочное)	90	40,00	8,30	7,60	20,70	181,30
173	Каша вязкая молочная геркулесовая со сливочным МАСЛОМ (крупа геркулесовая, молоко 2,5 %, слив. масло 72%, сахар, йодир. соль.)	200/10	21,20	7,78	13,49	36,01	280,06
378	Чай с молоком (чай черный, молоко 2,5 %, сахар)	200	8,00	1,59	1,64	12,38	70,96
ГР	Десерт фруктовый (яблоко)	100	10,00	0,40	0,40	9,80	47,00
ГР	Батон особый (мука пшеничная, дрожжи, раст. масло, сахар, йодир. соль)	40	3,20	3,08	1,32	19,92	104,80
	Итого:	640	82,40	21,15	24,45	98,81	684,12
Обед							
67	Винегрет овощной (свекла отварная, морковь отварная, горошек консервированный, масло растительное, соль йодированная, картофель отв.)	70	12,00	0,87	6,10	10,02	75,37
98	Суп крестьянский с пшеном на бульоне из цыплят, зеленью (б/к капуста, карт., крупа пшено, морк., лук репч., мясо кур, раст. масло, зелень, йодир. соль)	250/15/1	19,20	9,21	9,50	21,36	170,50
288/30	Цыплята отварные с соусом сметанным с томатом (цыпленок, соль йодированная)	70/30	30,40	15,48	10,45	2,09	165,59
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 фруктовый (вишня) (чай черный, сахар, вишня св./мор.)	200	5,00	0,10	0,03	10,01	40,66
ГР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/20	4,10	3,75	0,61	22,42	110,40
	Итого:	836	93,70	32,69	32,29	87,96	714,76
	Всего:	1476	176,10	53,84	56,74	186,77	1398,88

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством _____



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

ГБОУ СОШ № 13
 Директор _____
 Согласовано

Меню на "31" января 2022г
 Возрастная категория с 7 до 11 лет

7 день цикл. меню (пел.пак.)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
Завтрак							
243	Сосиска отварная (сосиска говяжья "Экстра")	55	40,00	6,16	7,00	2,98	173,90
173	Каша вязкая молочная геркулесовая со сливочным МАСЛОМ (крупа геркулесовая, молоко 2,5 %, слив. масло 72%, сахар, йодир. соль.)	160/10	16,60	6,24	8,45	26,43	229,43
378	Чай с молоком (чай черный, молоко 2,5 %, сахар)	200	8,00	1,59	1,64	12,38	70,96
ПР	Хлебцы безглютеновые кукурузно-рисовые	15	3,20	1,20	0,50	8,90	45,00
	Итого:	440	67,80	15,19	17,59	50,69	519,29
Обед							
67	Винегрет овощной (свекла отварная, морковь отварная, горошек консервированный, масло растительное, соль йодированная, картофель отв.)	70	12,00	0,87	6,10	10,02	75,37
98	Суп крестьянский с пшеном на бульоне из цыплят, зеленью (б/к капуста, карт., крупа пшено, морк., лук репч., мясо кур, раст. масло, зелень, йодир. соль)	200/15/1	19,74	9,21	9,50	21,36	170,50
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, мука пшен.)	70/50	32,00	6,37	5,36	14,90	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 фруктовый (вишня) (чай черный, сахар, вишня св./мор.)	200	5,00	0,10	0,03	10,01	40,66
ПР	Хлебцы безглютеновые кукурузно-рисовые	15	3,20	1,20	0,50	8,90	45,00
	Итого:	771	94,94	21,03	27,09	87,25	640,60
	Всего:	1211	162,74	36,22	44,68	137,94	1 159,89

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством _____

С.А. Кустова / *М.А. Кустова*