

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

ГБОУ СО(О)Одд № 13/П

Директор _____

Согласовано

№ 13

Меню на "06" марта 2024г
 Возрастная категория с 7 до 11 лет

3 день цикл. меню (молочный белок)

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход, г | Цена, руб | Химический состав | | | |
|-------------|---|-------------|---------------|-------------------|--------------|---------------|----------------|
| | | | | белки, г | жиры, г | углеводы, г | ЭЦ, ккал |
| | Завтрак | | | | | | |
| 45 | Салат из б/к капусты с горошком (капуста б/к, морковь, горошек консервированный, масло растительное, соль йодир.) | 60 | 6,00 | 0,87 | 2,05 | 4,29 | 37,04 |
| 289 | Рагу из цыплят (картофель, цыпленок, морковь, лук репч., томат. пюре, раст. масло, мука пшенич., йодир. соль) | 50/160 | 59,38 | 2,79 | 7,58 | 20,74 | 163,20 |
| 377 | Чай с лимоном (чай, сахар, лимон сл.) | 200 | 6,00 | 0,16 | 0,03 | 10,22 | 43,04 |
| ПР | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.) | 20/20 | 3,20 | 2,89 | 0,47 | 17,91 | 87,60 |
| | Итого: | 505 | 74,58 | 6,71 | 10,13 | 53,16 | 330,88 |
| | Обед | | | | | | |
| 103/2011 | Суп картофельный с мак.изд. и мясными фрикадельками (картофель, лапша, лук репч., морковь, масло растит., мясо говяд., лук репчат., яйцо кур., йодир. сол.зелень) | 200/20/1 | 28,02 | 7,00 | 4,06 | 16,92 | 132,51 |
| 291 | Плов из цыплят (мясо кур., крупа рисовая, лук репчат., морковь, масло растит., томат.пюре, йодир.соль) | 60/170 | 64,31 | 19,95 | 26,66 | 46,67 | 507,15 |
| 349 | Компот из смеси сухофруктов (смесь сухофруктов, сахар, лимон. кислота) | 200 | 8,00 | 0,00 | 0,00 | 19,98 | 79,87 |
| ПР | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.) | 30/20 | 4,10 | 3,75 | 0,61 | 22,42 | 110,40 |
| | Итого: | 701 | 104,43 | 30,70 | 31,33 | 105,99 | 829,93 |
| | Всего: | 1206 | 179,01 | 37,41 | 41,46 | 159,15 | 1160,81 |

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством _____

С.А. Кустова

Утверждаю

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

Меню на "06" марта 2024г
 Возрастная категория с 7 до 11 лет

Согласовано
 ГБОУ СОШ № 131
 Директор
 ГБОУ СОШ № 131

3 день цикл. меню(аллергия на рыбу)

| № рецепту ры | Наименование блюда | Выход, г | Цена, руб | Химический состав | | | |
|----------------|--|-------------|---------------|-------------------|--------------|---------------|----------------|
| | | | | белки, г | жиры, г | углеводы, г | ккал |
| Застрак | | | | | | | |
| 45 | Салат из б/к капусты с горошком (капуста б/к, морковь, горошек консервированный, масло растительное, соль йодир.) | 60 | 13,00 | 0,87 | 2,05 | 4,29 | 37,04 |
| 289 | Рагу из цыплят (картофель, цыпленок, морковь, лук репч., томат, шпоре, раст. масло, мука пшеничн., йодир. соль) | 50/160 | 52,38 | 2,79 | 7,58 | 20,74 | 163,20 |
| 377 | Чай с лимоном (чай, сахар, лимон сл.) | 200 | 6,00 | 0,16 | 0,03 | 10,22 | 43,04 |
| 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 | 74,58 | 6,71 | 10,13 | 53,16 | 330,88 |
| Обед | | | | | | | |
| 103/2011 | Суп картофельный с мак.изд. и мясными фрикадельками (картофель, заправка, лук репч., морковь, масло растит., мясо говяд., лук репчат., яйцо кур., йодир. сол., зелень) | 200/20/1 | 28,02 | 7,00 | 4,06 | 16,92 | 132,51 |
| 291 | Плов из цыплят (мясо кур., крупа рисовая, лук репчат., морковь, масло растит., томат шпоре, йодир. соль) | 60/170 | 64,31 | 19,95 | 26,66 | 46,67 | 507,15 |
| 349 | Компот из смеси сухофруктов (смесь сухофруктов, сахар, лимон. кислота) | 200 | 8,00 | 0,00 | 0,00 | 19,98 | 79,87 |
| ПР | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.) | 30/20 | 4,10 | 3,75 | 0,61 | 22,42 | 110,40 |
| Итого: | | 701 | 104,43 | 30,70 | 31,33 | 105,99 | 829,93 |
| Всего: | | 1211 | 179,01 | 37,41 | 41,46 | 159,15 | 1160,81 |

Продукты не содержат ГМО

Утверждаю

Заведующий производством

С.А.Кустова С.А.Кустова