

Утверждаю
 МУП "Школа питания" г.о. Жигулевск
 Директор _____ С.А. Кустова

Меню на "12" марта 2024г
 Возрастная категория с 7 до 11 лет

ГБОУ С (О)ОШ № 139



7 день цикла меню (молочный белок)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
Завтрак							
304	Рис отварной с маслом растительным (крупа рисовая, растит. масло, йодир. соль)	150	15,60	3,81	6,11	40,01	230,31
288/540	Цыплята отварные с соусом красным основным (цыпленок, соль йодированная,)	70/30	36,78	15,48	10,45	2,09	165,59
376	Чай с сахаром (чай черный, сахар)	200	14,00	0,07	0,02	15,00	60,00
ПР	Булочка Ромашка (мука пшенич., раст.масло, дрожжи, соль йодированная, сахар)	40	5,00	3,36	3,48	53,68	139,24
ПР	Батон особый (мука пшеничная, дрожжи, раст. масло, сахар, йодир. соль)	40	3,20	3,08	1,32	19,92	104,80
	Итого:	530	74,58	25,80	21,38	130,70	699,94
Обед							
102	Суп картофельный с бобовыми (горох) на бульоне из мяса цыплят, зеленью (са. картофель, горох душистый, морковь, лук репч., раст. масло, мясо цыплят, зелень, йодир. соль)	200/15/1	13,84	8,82	7,95	15,53	169,33
256	Мясо тушеное (свинина) (мякоть свинина, лук репч., морковь, томаты, специи, раст. масло, йодир. соль)	40/50	49,49	12,41	8,82	2,55	186,86
310	Картофель отварной с растительным маслом, зеленью (картофель, масло растит., соль йодир.зелень)	150	20,00	2,83	5,46	22,89	152,31
377	Чай фруктовый (с/м смородина) (чай черный, сахар, смородина са./мор.)	200	5,00	0,16	0,05	10,45	43,30
ПР	Десерт фруктовый(яблоко)	100	12,00	0,40	0,40	9,80	47,00
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/20	4,10	3,75	0,61	22,42	110,40
	Итого:	806	104,43	28,37	23,29	83,64	709,20
	Всего:	1336	179,01	54,17	44,67	214,34	1409,14

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством _____

С.А. Кустова

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

Меню на "12" марта 2024г
 Возрастная категория с 7 до 11 лет

Согласовано
 ГБОУ СО(О)ОШ № 13

Директор

7 день цикл. меню (аллергия на рыбу)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
<i>Завтрак</i>							
174	Каша вязкая молочная рисовая (крупа рисовая, молоко 2,5 %, слив. масло 72%, сахар, йодир. соль.)	150/10	28,78	4,54	10,98	32,52	247,65
ПР/ПР	Сырники творожные со сгущенным молоком (творог, яйца, сахар, масло растительное, молоко сгущенное)	45/20	33,60	9,49	8,02	14,79	169,57
376	Чай с сахаром (чай черный, сахар)	200	4,00	0,10	0,03	10,01	40,66
ПР	Булочка Ромашка (мука пшенич., раст. масло, дрожжи, соль поваренная, сахар)	40	5,00	3,36	3,48	23,68	139,24
ПР	Батон особый (мука пшеничная, дрожжи, раст. масло, сахар, йодир. соль)	40	3,20	3,08	1,32	19,92	104,80
	Итого:	505	74,58	20,57	23,83	100,92	701,92
<i>Обед</i>							
102	Суп картофельный с бобовыми (горох) на бульоне из мяса цыплят, зеленью (св. картофель, горох луговой, морковь, лук репч., раст. масло, микс шпинат, укроп зеленый, йодир. соль)	200/15/1	13,84	8,82	7,95	15,53	169,33
256	Мясо тушеное (свинина) (мякоть свиная, лук репч., морковь, томаты, перец, раст. масло, йодир. соль)	40/50	49,49	12,41	8,82	2,55	186,86
312/321	Картофельное пюре/ Капуста тушеная (картофель, молоко 2,5 %, слив. масло 72%, йодир. соль, б/к капуста, масло раст.)	130/20	20,00	3,31	5,47	21,26	148,11
377	Чай фруктовый (с/м смородина) (чай черной, сахар, смородина св./мор.)	200	5,00	0,16	0,05	10,45	43,30
ПР	Десерт фруктовый(яблоко)	100	12,00	0,40	0,40	9,80	47,00
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/20	4,10	3,75	0,61	22,42	110,40
	Итого:	806	104,43	28,85	23,30	82,01	705,00
	Всего:	1311	179,01	49,42	47,13	182,93	1406,92

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

С.В. Абдулхаев