



Меню на "21 " октября 2025г
Возрастная категория с 7 до 11 лет

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						
175	Каша вязкая молочная из риса и пшена (крупа рисовая, крупа пшено, молоко 2,5 %, слив. масло 72%, сахар, йодир. соль.)	160/10	30,00	4,91	11,43	27,09	231,54
ПР/ПР	Сырники творожные со сгущенным молоком (творог, яйцо, сахар, масло растительное., молоко сгущенное)	50/20	33,00	10,49	8,02	14,79	119,60
376	Чай с сахаром (чай черный, сахар)	200/15	10,00	0,10	0,03	10,01	40,66
ПР	Батон нарезной (мука пшеничная, дрожжи, раст. масло, сахар, йодир. соль)	45	5,68	3,80	0,72	25,66	130,62
	Итого:	500	78,68	19,30	20,20	77,55	522,42
	Обед						
71	Огурец свежий порциями	60	10,00	0,48	0,06	1,5	8,4
103	Суп картофельный с макаронными изделиями (картофель, морковь, лук репч., макаронные изделия, раст. масло, укроп зелень, йодир. соль.)	200/15/1	30,00	3,75	2,31	14,06	128,03
284/331	Запеканка картофельная с мясом (грудка куриная) (грудки куриные, картофель очищенный, лук репчатый, сметана, масло растит., масло слив., сухари паниров., там. паста, соль йодиров.)	40/170/40	56,00	13,85	16,21	47,93	344,21
349	Компот из смеси сухофруктов (смесь сухофруктов, сахар, лимон. кислота)	200	10,00	0,20	0,26	19,98	79,87
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	25/15	4,17	2,86	0,39	18,75	89,95
	Итого:	766	110,17	24,39	24,79	100,70	650,46
	Всего:	1266	188,85	43,69	44,99	178,25	1172,88

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

Маг. Магачева Н.Н.


 Утверждаю
 ООО «Школьное питание г.о. Жигулевск»
 Директор С.А.Кустова

Меню на " 21 "октября 2025г

Возрастная категория с 7 до 11 лет

ГБОУ С (О)ОШ № 13/16

Директор

Согласовано

7 день цикл. меню(молочный белок)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
	Завтрак						
302	Каша пшенная рассыпчатая с маслом растительным на ВОДЕ (крупа пшено, масло растит.соль йодир.)	180/10	40,00	14,23	10,81	24,79	213,96
388	Напиток из плодов шиповника (плоды шиповника суш., сахар, лимон. кисл.)	220	14,00	0,10	0,03	19,96	79,80
ПР	Десерт фруктовый(яблоко)	100	19,00	0,40	0,40	9,80	47,00
ПР	Батон нарезной (мука пшеничная, дрожжи, раст. масло, сахар, йодир. соль)	45	5,68	4,80	0,72	27,66	136,32
	Итого:	500	78,68	19,53	11,96	82,21	477,08
	Обед						
71	Огурец свежий порциями	60	10,00	0,48	0,06	1,5	8,4
106	Суп картофельный с рыбными консервами (картофель, морковь, лук репч., крупа, раст. масло, укроп зелень, консервы рыбные, йодир. соль)	200/15/1	30,00	3,75	2,31	14,06	128,03
284	Запеканка картофельная с мясом (грудка куриная) (грудки куриные,картофель очищенный,лук репчатый,масло растит.,сухари паниров.,томатн.паста,соль йодиров.)	40/170/40	66,00	13,85	16,21	47,93	344,21
349	Компот из смеси сухофруктов(смесь сухофруктов, сахар, лимон. кислота)	200	10,00	0,20	0,26	19,98	79,87
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный(мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	25/15	4,17	2,86	0,39	18,75	89,95
	Итого:	716	110,17	24,39	25,46	100,70	710,93
	Всего:	1216	188,85	43,92	37,42	182,91	1 188,01

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

Мазур, Макашова Н.Н.