

Утверждаю  
 МУП "Школьное питание" г.о. Жигулевск  
 Директор Т.П.Олисова

Согласовано  
 ГБОУ С (О)ОШ № 3  
 Директор *Олисова*

Меню на " 10 " ноября" 2021г

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

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав				Витамины
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал	С, мг
<b>Завтрак</b>								
Т№ 32	Овощи консервированные (огурец порционно) (огурец, лимон, кисл., йодир соль)	20	2,00	0,16	0,02	0,34	2,60	1,25
279/333	Тефтели из говядины и свинины в соусе (мякоть свинина, говядина, рис круглый, яйцо куриное, соус- томат, пюре, сметана 15%, мука пшенич., йодир соль)	60/50	34,00	9,95	8,67	29,86	235,16	2,92
302	Каша гречневая рассыпчатая ( крупа гречка, сл. масло, йодир. соль)	130	15,00	7,82	5,80	35,37	224,62	0,00
387	Напиток из с/зам ягод (компотная смесь) (св.м. ягоды, клубника, слива, виноград, сахар, лимон.кисл.)	200	6,00	0,20	0,05	26,62	108,83	3,84
ПР	Хлеб пшеничный / ржаной ( мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	20/20	2,10	2,70	0,42	19,54	92,74	0,00
Итого:		<b>500</b>	<b>59,10</b>	<b>20,83</b>	<b>14,96</b>	<b>111,73</b>	<b>663,95</b>	<b>8,01</b>
<b>Обед</b>								
183/184	Борщ "Украинский" с пампушками (б/к капуста, картоф., морковь, свекла, лук репч., перец сладкий, мясо птицы, томат.пюре, сметана 15 %, укроп зелень, йодир. соль, сахар, к-та лимон., мука пшенич., чеснок, яйцо курин. )	250/20	27,00	3,96	6,64	25,77	189,72	9,17
289	Рагу из цыплят (картофель, цыплята, морковь, лук репч., томат. пюре, раст. масло, мука пшенич., йодир. соль)	40/150	43,00	13,13	17,87	21,97	302,22	1,38
377	Чай с ЛИМОНОМ (чай черный, сахар, лимон св.)	200	5,00	0,16	0,03	15,21	62,99	2,85
ПР	Хлеб пшеничный / ржаной ( мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	25/30	3,40	3,66	4,23	26,90	127,42	0,00
Итого:		<b>730</b>	<b>78,40</b>	<b>20,91</b>	<b>28,77</b>	<b>89,85</b>	<b>682,35</b>	<b>13,40</b>
<b>Всего:</b>		<b>1230</b>	<b>137,50</b>	<b>41,74</b>	<b>43,73</b>	<b>201,58</b>	<b>1346,30</b>	<b>21,41</b>

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством \_\_\_\_\_

*Олисова*

МУП "Школьное питание" г.о. Жигулевск  
 Директор Т.П.Олисова

Меню на " 10 " ноября" 2021г  
 Возрастная категория с 12 лет и старше

Согласовано  
 ГБОУ С (О)ОШ № \_\_\_\_\_  
 Директор Олисова

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав				Витамины
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал	С, мг
	<b>Завтрак</b>							
Т№ 32	Овощи консервированные (огурец порционно) (огурец, лимон. кислот., йодир. соль)	30	3,00	0,24	0,03	0,51	3,90	1,25
279/333	Тефтели из говядины и свинины в соусе (мякоть свинина, говядина, рис круглый, яйцо куриное, соус- томат, пюре, сметана 15%, мука пшенич., йодир. соль)	70/50	41,00	11,41	9,61	31,40	255,61	2,92
302	Каша гречневая рассыпчатая ( крупа гречка, сл. масло, йодир. соль)	150	17,00	9,02	6,69	40,81	259,18	0,00
387	Напиток из с/зам ягод (компотная смесь) (св.м. ягоды: клубника, слива, виноград, сахар, лимон. кислот.)	200	6,00	0,20	0,05	26,62	108,83	3,84
ПР	Хлеб пшеничный / ржаной ( мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	25/25	3,00	2,70	0,42	19,54	93,00	0,00
	<b>Итого:</b>	<b>550</b>	<b>70,00</b>	<b>23,57</b>	<b>16,80</b>	<b>118,88</b>	<b>720,52</b>	<b>8,01</b>
	<b>Обед</b>							
183/184	Борщ "Украинский" с пампушками (б/к капуста, картоф., морковь, свекла, лук репч., перец сладкий, мясо-птицы, томат.пюре, сметана 15 %, укроп зелень, йодир. соль, сахар, к-та лимон., мука пшенич., чеснок, яйцо курин. )	250/20	27,00	3,96	6,64	25,77	189,72	9,17
289	Рагу из ЦЫПЛЯТ (картофель, цыплята, морковь, лук репч., томат.пюре, раст. масло, мука пшеничн., йодир. соль)	40/170	43,00	13,13	17,87	21,97	302,22	1,38
377	Чай с ЛИМОНОМ (чай черный, сахар, лимон. св.)	200	5,00	0,16	0,03	15,21	62,99	2,85
ПР	Хлеб пшеничный / ржаной ( мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/20	3,10	3,49	0,52	24,37	116,12	0,00
	<b>Итого:</b>	<b>730</b>	<b>78,10</b>	<b>20,74</b>	<b>25,06</b>	<b>87,32</b>	<b>671,05</b>	<b>13,40</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1280</b>	<b>148,10</b>	<b>44,31</b>	<b>41,86</b>	<b>206,20</b>	<b>1 391,57</b>	<b>21,41</b>

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством \_\_\_\_\_

Т.П.Олисова

МУП "Школьное питание" г.о.Жигулевск  
 Директор Т.П.Олисова

Меню на " 10 " ноября" 2021г  
 Возрастная категория с 7 до 11 лет

Согласовано  
 ГБОУ С (О)ОШ № \_\_\_\_\_  
 Директор В.Савва

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав				Витамины
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал	С, мг
<b>Завтрак</b>								
Т№ 32	Овощи консервированные (огурец порционно) (огурец, лимон, кислот., йодид. соль)	20	2,00	0,16	0,02	0,34	2,60	1,25
279/333	Тефтели из говядины и свинины в соусе (мякоть свинина, говядина, рис круглый, яйцо куриное, соус-томат, пюре, сметана 15%, мука пшенич., йодид. соль)	60/50	34,00	9,95	8,67	29,86	235,16	2,92
302	Каша гречневая рассыпчатая ( крупа гречка, сл. масло, йодид. соль)	130	15,00	7,82	5,80	35,37	224,62	0,00
387	Напиток из с/зам ягод (компотная смесь) (св.м. ягоды клубника, слива, виноград, сахар, лимон кислот.)	200	6,00	0,20	0,05	26,62	108,83	3,84
ПР	Хлеб пшеничный / ржаной ( мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодид.)	20/20	2,10	2,70	0,42	19,54	92,74	0,00
<b>Итого:</b>		<b>500</b>	<b>59,10</b>	<b>20,83</b>	<b>14,96</b>	<b>111,73</b>	<b>663,95</b>	<b>8,01</b>
<b>Дополнительная витаминизация</b>								
388	Апельсины свежие	150	26,81	0,90	0,68	4,86	54,00	90,00
ПР	Сыр плавленый ломтевой сливочный классич.	18	10,29	1,75	4,73	0,86	50,75	0,00
<b>Итого:</b>		<b>168</b>	<b>37,10</b>	<b>2,65</b>	<b>5,41</b>	<b>5,72</b>	<b>104,75</b>	<b>90,00</b>
<b>Обед</b>								
183/184	Борщ "Украинский" с пампушками (б.к. капуста, картоф., морковь, свекла, лук репч., перец сладкий, мясо птицы, томат.пюре, сметана 15 %, укроп зелень, йодид. соль, сахар, к-та лимон., мука пшенич., чеснок, яйцо курин. )	200/20	25,00	3,55	5,64	23,12	166,32	7,34
289	Рагу из цыплят (картофель, цыплята, морковь, лук репч., томат.пюре, раст. масло, мука пшенич., йодид. соль)	40/170	41,00	13,13	17,87	21,97	302,22	1,38
377	Чай с лимоном (чай черный, сахар, лимон св.)	200	5,00	0,16	0,03	15,21	62,99	2,85
ПР	Хлеб пшеничный / ржаной ( мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодид.)	25/20	2,60	3,10	0,47	21,96	148,98	0,00
<b>Итого:</b>		<b>675</b>	<b>73,60</b>	<b>19,94</b>	<b>24,01</b>	<b>82,26</b>	<b>680,51</b>	<b>11,57</b>
<b>Всего:</b>		<b>1175</b>	<b>132,70</b>	<b>40,77</b>	<b>38,97</b>	<b>193,99</b>	<b>1 344,46</b>	<b>19,58</b>
<b>Дополнительная витаминизация</b>								
388	Апельсины свежие	150	26,81	0,90	0,68	4,86	54,00	90,00
ПР	Сыр плавленый ломтевой сливочный классич.	18	10,29	1,75	4,73	0,86	50,75	0,00
<b>Итого:</b>		<b>168</b>	<b>37,10</b>	<b>2,65</b>	<b>5,41</b>	<b>5,72</b>	<b>104,75</b>	<b>90,00</b>

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством \_\_\_\_\_

Лайман