

Утверждаю
 МУП "Школа № 10 "питание" г.о. Жигулевск
 Директор Т.П.Олисова



Согласовано
 ГБОУ СОУ ОШ № 3
 Директор Олисова

Меню на " 16 " ноября " 2021г
 Возрастная категория с 7 до 11 лет



рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			Витамины	
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал	С, мг
Завтрак								
173	Каша вязкая на молоке из овсяных хлопьев "Геркулес" со сливочным маслом (овсяные хлопья)	150/10	14,00	2,21	8,59	3,59	101,10	1,30
420/295	Мясные изделия (биточки куриные), запеченные в тесте (мясо кур, лук репч., мука пшенич., яйцо кур., раст. масло.	40/60	29,00	12,44	9,68	41,52	303,28	0,70
382	Какао с молоком (какао порошок витамин., молоко 2,5 %, сахар)	200	14,00	4,08	3,54	17,58	118,60	1,59
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:	500	59,10	21,43	22,23	82,23	615,72	3,59
Дополнительная витаминизация								
338	Яблоки свежие	150	26,81	0,60	0,60	14,70	66,60	15,00
ПР	Сок фруктовый	200	10,29	1,00	0,20	20,20	86,60	8,00
	Итого:	350	37,10	1,60	0,80	34,90	153,20	23,00
Обед								
45	Салат из белокочанной капусты с морковью (б/к капуста, морк., лук репч., раст. масло, сахар, йодир. соль, лимон. кислота)	50	4,00	0,78	2,54	4,71	45,30	18,07
98	Суп крестьянский с пшеном на бульоне из цыплят, зеленью (б/к капуста, карт., крупа пшено, морк., лук репч., мясо кур, раст. масло, укроп зелень, йодир. соль)	200	17,00	7,21	11,22	11,39	140,17	20,40
251	Поджарка из свинины (свинина мякоть, лук репч., томат. соус, раст. масло, йодир. соль)	30/15	25,00	9,44	9,87	2,40	136,48	3,80
312	Картофельное пюре (картофель, молоко 2,5 %, слив. масло 72%, йодир. соль)	140	20,00	3,06	5,23	20,59	142,09	27,70
377	Чай фруктовый (с/м вишня) (чай черный, сахар, вишня св./мор.)	200	4,00	0,13	0,02	15,20	62,00	0,95
ПР	Хлеб пшеничный / ржаной (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/25	3,60	3,77	0,58	26,84	127,62	0,00
	Итого:	690	73,60	24,39	29,46	81,13	653,66	70,92
	Всего:	1190	132,70	45,82	51,69	163,36	1269,38	74,51
Дополнительная витаминизация								
338	Яблоки свежие	150	26,81	0,60	0,60	14,70	66,60	15,00
ПР	Сок фруктовый	200	10,29	1,00	0,20	20,20	86,60	8,00
	Итого:	350	37,10	1,60	0,80	34,90	153,20	23,00

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

Сидел | *Сенюк*

Утверждаю

МУП "Школьное питание" г.о.Жигулевск

Директор Т.П.Олисова

Меню на " 16 " ноября " 2021г
 Возрастная категория с 12 лет и старше

Согласовано
 ТБОУ С (О)ОШ № 3
 Директор *Орлова*

рецептурный код	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав				Витамины
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал	С, мг
Завтрак								
173	Каша вязкая на молоке из овсяных хлопьев "Геркулес" со сливочным маслом (овсяные хлопья "Геркулес", молоко 2,5%, слив.масло 72%, сахар, йодир.соль)	180/10	21,00	2,66	10,58	4,30	121,32	1,30
420/295	Мясные изделия (биточки куриные), запеченные в тесте (мясо кур, лук репч., мука пшенич., яйцо кур., раст. масло, йодир. соль, сахар, дрожжи)	50/50	32,00	12,44	9,68	41,52	303,28	0,70
382	Какао с молоком (какао порошок витамин., молоко 2,5 %, сахар)	200	14,00	4,08	3,54	17,58	118,60	1,59
ПР	Хлеб пшеничный / ржаной (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	25/25	3,00	3,38	0,53	24,43	115,93	0,00
	Итого:	540	70,00	22,56	24,33	87,83	659,13	3,59
Обед								
45	Салат из белокочанной капусты с морковью (б/к капуста, морк., лук репч., раст. масло, сахар, йодир.соль, лимон. кислота)	25	3,00	0,39	1,27	2,35	22,65	18,07
98	Суп крестьянский с пшеном на бульоне из цыплят, зеленью (б/к капуста, карт., крупа пшено, морк., лук репч., мясо кур, раст. масло, укроп зелень, йодир. соль)	250	19,00	7,99	13,14	14,22	163,06	25,00
251	Поджарка из свинины (свинина мякоть, лук репч., томат. соус, раст. масло, йодир. соль)	30/15	30,00	9,44	9,87	2,4	136,48	3,80
312	Картофельное пюре (картофель, молоко 2,5 %, слив. масло 72%, йодир.соль)	140	21,00	3,06	5,23	20,59	142,09	27,70
377	Чай фруктовый (с/м вишня) (чай черный, сахар, вишня св./мор.)	200	3,00	0,13	0,02	15,20	62,00	0,95
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:	700	78,10	23,71	29,95	74,30	619,02	75,52
	Всего:	1240	148,10	46,27	54,28	162,13	1 278,15	79,11

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством *Олисова* / *Олисова*

Утверждаю

МУП "Школьное питание" г.о.Жигулевск

Директор Т.П.Олисова

Меню на " 16 " ноября" 2021г

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

Согласовано
ГБОУ С (О)ОШ № 3

Директор *Олисова*

рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав				Витамины
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал	С, мг
Завтрак								
173	Каша вязкая на молоке из овсяных хлопьев "Геркулес" со сливочным маслом (овсяные хлопья "Геркулес", молоко 2,5%, слив.масло 72%, сахар, йодир.соль)	150/10	14,00	2,21	8,59	3,59	101,10	1,30
420/295	Мясные изделия (биточки куриные), запеченные в тесте (мясо кур, лук репч., мука пшенич., яйцо кур., раст. масло, йодир. соль, сахар, дрожжи)	40/60	29,00	12,44	9,68	41,52	303,28	0,70
382	Какао с молоком (какао порошок витамин., молоко 2,5 %, сахар)	200	14,00	4,08	3,54	17,58	118,60	1,59
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:		500	59,10	21,43	22,23	82,23	615,72	3,59
Обед								
45	Салат из белокочанной капусты с морковью (б/к капуста, морк., лук репч., раст. масло, сахар, йодир.соль, лимон. кислота)	25	3,00	0,39	1,27	2,35	22,65	18,07
98	Суп крестьянский с пшеном на бульоне из цыплят, зеленью (б/к капуста, карт., крупа пшено, морк., лук репч., мясо кур, раст. масло, укроп зелень, йодир. соль)	250	19,00	7,99	13,14	14,22	163,06	25,00
251	Поджарка из свинины (свинина мякоть, лук репч., томат. соус, раст. масло, йодир. соль)	30/15	30,00	9,44	9,87	2,4	136,48	3,80
312	Картофельное пюре (картофель, молоко 2,5 %, слив. масло 72%, йодир.соль)	130	19,00	3,06	5,23	20,59	142,09	27,70
377	Чай фруктовый (с/м вишня) (чай черный, сахар, вишня св./мор.)	200	3,00	0,13	0,02	15,20	62,00	0,95
ПР	Хлеб пшеничный / ржаной (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	20/25	2,40	3,08	0,48	22,01	104,24	0,00
Итого:		700	76,40	24,09	30,01	76,77	630,52	75,52
Всего:		1200	135,50	45,52	52,24	159,00	1 246,24	79,11

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

Анна Томашева