

Меню на " 29 " 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								
ПР/331	Тефтели из мяса индейки с соусом (филе индейки, крупа рис, яйцо кур., лук репч., соус- томат. пюре, сметана 15%, мука пшенич., йодир.соль)	90/25	33,00	1,84	1,14	4,80	200,09	0,51
204	Макароны отварные с сыром (макароны из пшен.муки, сыр п/тв.45%, слив.масло 72%, йодир.соль)	130/15	21,00	8,79	10,66	33,89	267,70	0,00
376	Чай с сахаром (чай черный, сахар)	200	3,00	0,07	0,02	15,00	60,00	0,03
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	13,40	12,24	73,23	620,53	0,54
Дополнительная витаминизация								
388	Груша свежая	150	26,81	0,57	0,18	23,19	87,00	21,00
ПР	Сыр плавленый ломтевой сливочный классич.	18	10,29	1,75	4,73	0,86	50,75	0,00
	Итого:	168	37,10	2,32	4,91	24,05	137,75	21,00
Обед								
93	Щи по-уральски на бульоне из мяса цыплят, зеленью (б/к капуста, карт., томат.пюре, морк., лук репч.,крупа пшено, мясо кур., сметана 15%, масло растит., укроп зелень, йодир.соль)	200	19,00	6,28	9,30	10,20	150,66	26,22
293(ПР)/331	Цыплята жареные (голень)/соус (цыплята порц.,сметана 15%, раст. масло, йодир. Соль, соус- томат. пюре, сметана 15%, мука пшенич., йодир.соль)	90/25	35,00	20,05	20,78	1,93	274,86	0,00
305/136	Рис с овощами (крупа рисовая, морковь, лук репч., раст. масло, слив. масло, йодир. соль)	130	13,00	3,07	10,12	29,31	221,16	3,56
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.)	30/25	3,60	3,77	0,58	26,84	127,62	0,00
	Итого:	700	73,60	33,30	40,80	83,48	836,30	30,73
	Всего:	1200	132,70	46,70	53,04	156,71	1 456,83	31,27
Дополнительная витаминизация								
388	Груша свежая	150	26,81	0,57	0,18	23,19	87,00	21,00
ПР	Сыр плавленый ломтевой сливочный классич.	18	10,29	1,75	4,73	0,86	50,75	0,00
	Итого:	168	37,10	2,32	4,91	24,05	137,75	21,00

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством Алекс / Алекс /

Утверждаю

МУП "Школьное питание" г.о.Жигулевск

Директор Т.П.Олисова

Согласовано

ГБОУ С (О)ОШ № 3

Директор Орлова

Меню на " 29 " ноября" 2021г
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
	Завтрак							
ПР/331	Тефтели из мяса индейки с соусом (филе индейки, крупа рис, яйцо кур., лук репч., соус- томат. пюре, сметана 15%, мука пшенич., йодир.соль)	90/25	33,00	1,84	1,14	4,80	200,09	0,51
204	Макароны отварные с сыром (макароны из пшен.муки, сыр п/тв.45%, слив.масло 72%, йодир.соль)	160/20	31,00	9,67	9,53	39,52	283,52	0,00
376	Чай с сахаром (чай черный, сахар)	200	3,00	0,07	0,02	15,00	60,00	0,03
ПР	Хлеб пшеничный / ржаной (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	25/25	3	3,38	0,53	24,43	115,93	0,00
	Итого:	545	70	14,96	11,22	83,75	659,54	0,54
	Обед							
93	Щи по-уральски на бульоне из мяса цыплят, зеленью (б/к капуста, карт., томат.пюре, морк., лук репч.,крупа пшено, мясо кур., сметана 15%, масло растит., укроп зелень, йодир.соль)	250	21,00	6,76	10,38	12,64	172,12	32,26
293(ПР)/331	Цыплята жареные (голень)/ соус (цыплята порц.,сметана 15%, раст. масло, йодир. Соль, соус- томат. пюре, сметана 15%, мука пшенич., йодир.соль)	90/25	35,00	20,05	20,78	1,93	274,86	0,00
305/136	Рис с овощами (крупа рисовая, морковь, лук репч., раст. масло, слив. масло, йодир. соль)	170	16,00	4,02	13,24	38,33	289,20	3,56
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.)	30/20	3,10	3,49	0,52	24,37	116,12	0,00
	Итого:	765	78,10	34,45	44,94	92,47	914,30	36,77
	Всего:	1310	148,10	49,41	56,16	176,22	1 573,84	37,31

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

Алекс

Александр

Утверждаю

МУП "Школьное питание" г.о. Жигулевск

Директор Т.П.Олисова

Меню на " 29 " 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								
ПР/331	Тефтели из мяса индейки с соусом (филе индейки, крупа рис, яйцо кур., лук репч., соус- томат. пюре, сметана 15%, мука пшенич., йодир.соль)	90/25	33,00	1,84	1,14	4,80	200,09	0,51
204	Макароны отварные с сыром (макароны из пшен.муки, сыр п/тв.45%, слив.масло 72%, йодир.соль)	130/15	21,00	8,79	10,66	33,89	267,70	0,00
376	Чай с сахаром (чай черный, сахар)	200	3,00	0,07	0,02	15,00	60,00	0,03
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	13,40	12,24	73,23	620,53	0,54
Обед								
93	Щи по-уральски на бульоне из мяса цыплят, зелению (б/к капуста, карт., томат.пюре, морк., лук репч., крупа пшено, мясо кур., сметана 15%, масло растит., укроп зелень, йодир.соль)	250	21,00	6,76	10,38	12,64	172,12	32,26
293(ПР)/331	Цыпльята жареные (голень)/ соус (цыпльята порц., сметана 15%, раст. масло, йодир. Соль, соус- томат. пюре, сметана 15%, мука пшенич., йодир.соль)	90/30	36,00	20,05	20,78	1,93	274,86	0,00
305/136	Рис с овощами (крупа рисовая, морковь, лук репч., раст. масло, слив. масло, йодир. соль)	130	13,00	4,02	13,24	38,33	289,20	3,56
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.)	25/30	3,40	3,66	4,23	26,90	127,42	0,00
	Итого:	755	76,40	34,62	48,65	95,00	925,60	36,77
	Всего:	1255	135,50	37,32	49,07	114,54	1 018,34	36,77

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством Лосев / Темасова /