

Утверждаю

Согласовано

МУП "Школьное питание" г.о. Жигулевск

ГБОУ С (О)ОШ № 3

Директор Т.П.Олисова

Меню на " 04 "марта" 2022г

Директор Олисова

Возрастная категория с 7 до 11 лет

10 день цикл. меню

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход, г | Цена, руб | Химический состав | | | |
|-------------|--|------------|--------------|-------------------|--------------|--------------|---------------|
| | | | | белки, г | жиры, г | углеводы, г | ЭЦ, ккал |
| | <i>Завтрак</i> | | | | | | |
| 25/2004г. | Салат "Степной" из разных овощей (картофель, морковь, лук репч., огурец консервиров., зел. горошек конс., раст. масло, йодир. соль) | 60 | 7,00 | 0,88 | 3,71 | 4,58 | 53,74 |
| 265 | Плов из свинины (мякоть, крупа рисовая, лук репч., томат., раст. масло, йодир. соль) | 35/160 | 40,00 | 16,00 | 37,00 | 33,00 | 503,00 |
| 388 | Напиток из плодов шиповника (шиповника суш., сахар, лимон. кисл.) | 200 | 12,00 | 0,68 | 0,28 | 20,76 | 88,20 |
| ПР | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.) | 20/20 | 3,20 | 2,90 | 0,82 | 17,90 | 89,00 |
| | Итого: | 495 | 62,20 | 20,46 | 41,81 | 76,24 | 733,94 |

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

Алиев / Алиев /

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

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

Меню на "04 "марта" 2022г
 Возрастная категория с 7 до 11 лет (средства родительской платы)

10 день цикл. меню

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход, г | Цена, руб | Химический состав | | | |
|-------------|--|------------|--------------|-------------------|--------------|--------------|---------------|
| | | | | белки, г | жиры, г | углеводы, г | ЭЦ, ккал |
| | <i>Обед</i> | | | | | | |
| 113/114 | Суп-лапша домашняя на бульоне из мяса цыплят, зеленью (лапша домашняя - мука пшенич., яйца кур., йодир. соль, морковь, лук репч., масло растит., мясо кур., укроп зелень, йод. соль) | 200 | 19,00 | 8,16 | 12,18 | 15,77 | 163,21 |
| 231 | Поджарка из рыбы (рыба минтай-филе, мука пшеничн., лук репч., раст.масло) | 65 | 32,00 | 9,00 | 6,00 | 7,00 | 119,00 |
| 312/321 | Картофельное пюре/ Капуста тушеная (картофель, молоко 2,5 %, слив. масло 72%, йодир.соль)/ (капуста белокочанная, морковь, лук репч., слив. масло 72%, томат.пюре, лим.к-та, йодир.соль, мука пшенич, сахар) | 100/50 | 23,00 | 3,40 | 4,80 | 18,30 | 129,00 |
| 377 | Чай с сахаром (чай черный, сахар) | 200 | 3,00 | 0,07 | 0,02 | 15,00 | 60,00 |
| ПР | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.) | 20/15 | 2,30 | 2,30 | 0,44 | 14,40 | 70,00 |
| | Итого: | 650 | 79,30 | 22,93 | 23,44 | 70,47 | 541,21 |

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством *Александр* / *Александр*

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

Меню на " 04 "марта" 2022г
 Возрастная категория с 12 лет и старше

Согласовано
 ГБОУ СО(О)ОШ № 3
 Директор Алимова

10 день цикл. меню

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход, г | Цена, руб | Химический состав | | | |
|----------------|--|-------------|---------------|-------------------|--------------|---------------|----------------|
| | | | | белки, г | жиры, г | углеводы, г | ЭЦ, ккал |
| Завтрак | | | | | | | |
| 25/2004г. | Салат "Степной" из разных овощей (картофель, морковь, лук репч., огурец консервиров., зел. горошек конс., раст. масло, йодир. соль) | 70 | 9,00 | 1,20 | 4,00 | 5,00 | 56,00 |
| 265 | Плов из свинины (свинина мякоть, крупа рисовая, лук репч., томат., раст. масло, йодир. соль) | 45/180 | 50,00 | 16,00 | 37,00 | 34,00 | 530,00 |
| 388 | Напиток из плодов шиповника (плоды шиповника суш., сахар, лимон. кисл.) | 200 | 12,00 | 0,68 | 0,28 | 20,76 | 88,20 |
| ПР | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.) | 30/25 | 4,60 | 3,55 | 0,60 | 22,55 | 110,00 |
| | Итого: | 550 | 75,60 | 21,43 | 41,88 | 82,31 | 784,20 |
| Обед | | | | | | | |
| 113/114 | Суп-лапша домашняя на бульоне из мяса цыплят, зеленью (лапша домашняя - мука пшенич., яйца кур., йодир. соль, морковь, лук репч., масло растит., мясо кур., укроп зелень, йод. соль) | 250 | 21,30 | 9,18 | 14,36 | 19,71 | 192,03 |
| 231 | Поджарка из рыбы (рыба) минтай- филе, мука пшенич., лук репч., раст.масло) | 65 | 32,00 | 9,00 | 6,00 | 7,00 | 119,00 |
| 312/321 | Картофельное пюре/ Капуста тушеная картофель, молоко 2,5 %, слив. масло 72%, йодир.соль/ (капуста белокочанная, морковь, лук репч., слив. масло 72%, томат.пюре, лим.к-та, йодир.соль, мука пшенич, сахар) | 100/50 | 23,00 | 3,40 | 4,80 | 18,30 | 129,00 |
| 377 | Чай фруктовый (с/м смородина черн.) (чай черный, сахар, смородина черн. св./мор.) | 200 | 4,00 | 0,13 | 0,02 | 15,20 | 62,00 |
| ПР | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.) | 30/20 | 4,10 | 3,50 | 0,88 | 22,00 | 109,00 |
| | Итого: | 715 | 84,40 | 25,21 | 26,06 | 82,21 | 611,03 |
| | Всего: | 1265 | 160,00 | 46,64 | 67,94 | 164,52 | 1395,23 |

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством Алимова / Алимова /

Утверждаю

МУП "Школьное питание" г.о.Жигулевск

Директор Т.П.Олисова

Меню на " 04 "марта" 2022г

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

Согласовано
ГБОУ С (О)ОШ № 3Директор Олисова

10 день цикл. меню

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход, г | Цена, руб | Химический состав | | | |
|----------------|---|-------------|---------------|-------------------|--------------|---------------|----------------|
| | | | | белки, г | жиры, г | углеводы, г | ЭЦ, ккал |
| Завтрак | | | | | | | |
| 25/2004г. | Салат "Степной" из разных овощей (картофель, морковь, лук репч., огурец консервиров., зел. горошек конс., раст. масло, йодир. соль) | 60 | 7,00 | 0,88 | 3,71 | 4,58 | 53,74 |
| 265 | Плов из свинины (свинина мякоть, крупа рисовая, лук репч., томат., раст. масло, йодир. соль) | 35/160 | 40,00 | 16,00 | 37,00 | 33,00 | 503,00 |
| 388 | Напиток из плодов шиповника (плоды шиповника суш., сахар, лимон. кисл.) | 200 | 12,00 | 0,68 | 0,28 | 20,76 | 88,20 |
| ПР | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.) | 20/20 | 3,20 | 2,90 | 0,82 | 17,90 | 89,00 |
| | Итого: | 495 | 62,20 | 20,46 | 41,81 | 76,24 | 733,94 |
| Обед | | | | | | | |
| 113/114 | Суп-лапша домашняя на бульоне из мяса цыплят, зеленью (лапша домашняя - мука пшенич., яйца кур., йодир. соль, морковь, лук репч., масло растит., мясо кур., укроп зелень, йод. соль) | 200 | 19,00 | 8,16 | 12,18 | 15,77 | 163,21 |
| 231 | Поджарка из рыбы (рыба) минтай- филе, мука пшенич., лук репч., раст.масло) | 65 | 32,00 | 9,00 | 6,00 | 7,00 | 119,00 |
| 312/321 | Картофельное пюре/ Капуста тушеная картофель, молоко 2,5 %, слив. масло 72%, йодир.соль/ (капуста белокочанная, морковь, лук репч., слив. масло 72%, томат.пюре, лим.к-та, йодир.соль, мука пшенич, сахар) | 130/50 | 28,00 | 4,20 | 5,76 | 22,40 | 156,60 |
| 377 | Чай фруктовый (с/м смородина черн.) (чай черный, сахар, смородина черн. св./мор.) | 200 | 4,00 | 0,13 | 0,02 | 15,20 | 62,00 |
| ПР | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.) | 30/20 | 4,10 | 3,50 | 0,88 | 22,00 | 109,00 |
| | Итого: | 695 | 87,10 | 24,99 | 24,84 | 82,37 | 609,81 |
| | Всего: | 1190 | 149,30 | 45,45 | 66,65 | 158,61 | 1343,75 |

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством Алиев / Алиев /