

Утверждаю

Согласовано

МУП "Школьное питание" г.о.Жигулевск

ГБОУ С (О)ОШ № 3

Директор Т.П.Олисова

Директор Олисова

Меню на " 04" мая 2022г

Возрастная категория с 7 до 11 лет

1 день цикл. меню

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
	<i>Завтрак</i>						
71	Овощи свежие (огурцы порционно)	15	4,00	0,10	0,00	0,38	2,00
258	Мясо духовое (свинина мякоть, раст. масло, картофель, морковь, лук репч., мука пшен., йодир. соль)	40/130	51,00	14,23	10,42	17,09	219,32
376	Чай с сахаром ( чай черный, сахар)	200	4,00	0,07	0,02	15,00	60,00
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	20/20	3,20	2,90	0,82	17,90	89,00
	дополнительная витаминизация						
ПР	Сок фруктовый в индивидуальной упаковке	200	16,55	1,00	0,20	20,20	86,60
	<b>Итого:</b>	<b>625</b>	<b>78,75</b>	<b>18,30</b>	<b>11,46</b>	<b>70,57</b>	<b>456,92</b>

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

Ассес | Алимова |

Утверждаю

МУП "Школьное питание" г.о.Жигулевск

Директор Т.П.Олисова

Согласовано

ГБОУ С (О)ОШ № 3

Меню на " 04" мая 2022г

Возрастная категория с 7 до 11 лет ( средства родительской платы)

1 день цикл. меню

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
	<i>Обед</i>						
93	Щи по-уральски на бульоне из мяса цыплят, зел. (б/к капуста, карт., томат поре, морк., лук репч., крупа пшено, мясо кур., сметана 15%, масло растит., укроп зелень, йодир соль)	200	22,00	6,28	9,30	10,20	150,66
293	Цыплята порциями (цыплята порц., сметана 15%, раст. масло, чеснок, йодир.соль)	60	37,00	16,00	14,00	0,04	189,00
304	Рис отварной (крупа рисовая, слив. масло 72%, йодир. соль)	120	12,00	3,16	4,66	31,79	181,74
377	Чай фруктовый (с/м смородина) (чай черный, сахар, смородина св./мор.)	200	6,00	0,13	0,02	15,20	62,00
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	20/15	2,30	2,30	0,44	14,40	70,00
	<b>Итого:</b>	<b>615</b>	<b>79,30</b>	<b>27,87</b>	<b>28,42</b>	<b>71,63</b>	<b>653,40</b>

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

*Труфанова*

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

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

Меню на " 04" мая 2022г

Возрастная категория с 12 лет и старше

1 день цикл. меню

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
<i>Завтрак</i>							
71	Овощи свежие (огурцы порционно)	25	6,00	0,20	0,03	0,63	3,50
258	Мясо духовое (свинина мякоть, раст. масло, картофель, морковь, лук репч., мука пшен., йодир. соль)	45/180	61,00	16,59	13,45	23,66	282,44
376	Чай с сахаром (чай черный, сахар)	200	4,00	0,07	0,02	15,00	60,00
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/25	4,60	3,55	0,60	22,60	110,00
<b>Итого:</b>		<b>505</b>	<b>75,60</b>	<b>20,41</b>	<b>14,10</b>	<b>61,89</b>	<b>455,94</b>
<i>Обед</i>							
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	24,30	6,76	10,38	12,64	172,12
293	Цыплята порциями (цыплята порц., сметана 15%, раст. масло, чеснок, йодир. соль)	60	37,00	16,00	14,00	0,04	189,00
304	Рис отварной (крупа рисовая, слив. масло 72%, йодир. соль)	130	13,00	3,16	4,66	31,79	181,74
377	Чай фруктовый (с/м смородина) (чай черный, сахар, смородина св./мор.)	200	6,00	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
<b>Итого:</b>		<b>690</b>	<b>84,40</b>	<b>29,55</b>	<b>29,94</b>	<b>81,67</b>	<b>713,86</b>
<b>Всего:</b>		<b>1195</b>	<b>160,00</b>	<b>49,96</b>	<b>44,04</b>	<b>143,56</b>	<b>1 169,80</b>

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством *Лещев* | *Лещев* |

Утверждаю

МУП "Школьное питание" г.о. Жигулевск

Директор Т.П.Олисова

Меню на " 04 " мая 2022г

ГБОУ С (О)ОШ № 3

Согласовано

Директор Орлов

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

1 день цикл. меню

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
<b>Завтрак</b>							
71	Овощи свежие (огурцы порционно)	15	4,00	0,10	0,00	0,38	2,00
258	Мясо духовое (свинина мякоть, раст. масло, картофель, морковь, лук репч., мука пшенич., йодир. соль)	40/130	51,00		10,42	17,09	219,32
376	Чай с сахаром (чай черный, сахар)	200	4,00	0,07	0,02	15,00	60,00
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	20/20	3,20	2,90	0,82	17,90	89,00
<b>дополнительная витаминизация</b>							
ПР	Сок фруктовый в индивидуальной упаковке	200	16,55	1,00	0,20	20,20	86,60
<b>Итого:</b>		<b>625</b>	<b>78,75</b>	<b>4,07</b>	<b>11,46</b>	<b>70,57</b>	<b>456,92</b>
<b>Обед</b>							
93	Щи по-уральски на бульоне из мяса цыплят, зел. (б/к капуста, карт., томат пюре, морк., лук репч., крупа пшено, мясо кур., сметана 15%, масло растит., укроп зелень, йодир. соль)	200	22,00	6,28	9,30	10,20	150,66
293/331	Цыплята порциями с соусом сметанным с томатом (цыплята порц., томатная паста, сметана 15%, раст. масло, чеснок, йодир. соль)	60/50	41,00	16,00	14,00	0,04	189,00
304	Рис отварной (крупа рисовая, слив. масло 72%, йодир. соль)	140	14,00	3,81	6,11	40,01	230,31
377	Чай фруктовый (с/м смородина) (чай черный, сахар, смородина св./мор.)	200	6,00	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
<b>дополнительная витаминизация</b>							
ПР	Сыр плавленый ломтевой сливочный классич.	18	16,55	1,75	4,73	0,86	50,75
<b>Итого:</b>		<b>718</b>	<b>103,65</b>	<b>31,47</b>	<b>35,04</b>	<b>88,31</b>	<b>791,72</b>
<b>Всего:</b>		<b>1343</b>	<b>182,40</b>	<b>35,54</b>	<b>46,50</b>	<b>158,88</b>	<b>1248,64</b>

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

АлексАлексеев