

Утверждаю  
МУП "Школьное питание" г.о. Жигулевск

Директор

Согласовано  
ГБОУ С (О)ОШ № 3

Директор *Дубова*

Меню на "05" декабря 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
<b>Завтрак</b>							
ПР/331	Тефтели из индейки с соусом <small>(мясо индейки, крупа рисовая, яйцо кур., соус- томат. пюре, сметана 15%, мука пшенич., йодир. соль)</small>	65/50	34,00	10,71	9,23	32,06	251,86
204	Макароны отварные с сыром <small>(макароны из пшен. муки, сыр п/тв. 45%, слив. масло 72%, йодир. соль)</small>	150/10	20,00	8,12	8,01	37,05	253,49
377	Чай фруктовый (черноплодная рябина) <small>(чай черный, черноплодная рябина, сахар)</small>	200	5,00	0,10	0,03	15,00	60,61
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный <small>(пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)</small>	20/20	3,20	2,70	0,42	19,54	92,74
<b>Дополнительная витаминизация</b>							
ПР	Сок фруктовый в индивидуальной упаковке	200	19,09	0,20	0,26	22,60	92,00
<b>Итого:</b>		<b>715</b>	<b>62,20</b>	<b>21,83</b>	<b>17,95</b>	<b>126,25</b>	<b>750,70</b>
<b>Обед</b>							
93	Щи по-уральски на бульоне из мяса цыплят, со сметаной и зеленью <small>(б/к капуста, карт., томат. пюре, морк., лук репч., крупа пшено, мясо кур., сметана 15%, масло растит., зелень, йодир. соль)</small>	200/15/10/1	17,00	6,28	9,30	10,20	150,66
243	Сосиска отварная <small>(сосиска говяжья "Экстра")</small>	55	33,00	5,72	11,06	0,44	124,30
305/136	Рис с овощами <small>(крупа рисовая, морковь, лук репч., раст. масло, слив. масло, йодир. соль)</small>	170	20,00	6,38	12,09	63,79	310,35
389	Сок фруктовый (в ассортименте)	200	13,00	0,20	0,26	22,60	92,00
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный <small>(мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)</small>	30/20	4,10	3,49	0,52	24,37	116,12
<b>Дополнительная витаминизация</b>							
ПР	Сыр плавленый ломтевой сливочный классич.	18	19,09	1,75	4,73	0,86	50,75
<b>Итого:</b>		<b>719</b>	<b>87,10</b>	<b>23,82</b>	<b>37,96</b>	<b>122,26</b>	<b>844,18</b>
<b>Всего:</b>		<b>1434</b>	<b>149,30</b>	<b>45,65</b>	<b>55,91</b>	<b>248,51</b>	<b>1594,88</b>

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

*Дубова*

*Дубова*

Утверждаю  
МУП "Школьное питание" г.о.Жигулевск

Директор

Согласовано  
ГБОУ С (О)ОШ № 3

Директор *Гиева*

Меню на "05" декабря 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
<b>Завтрак</b>							
ПР/331	Тефтели из индейки с соусом (мясо индейки, крупа рисовая, яйцо кур., соус- томат. пюре, сметана 15%, мука пшенич.,	65/50	34,00	10,71	9,23	32,06	251,86
204	Макаронны отварные с сыром (макаронны из пшен.муки, сыр п/тв.45%, слив.масло 72%, йодир.соль)	180/15	32,00	9,28	9,48	37,05	271,69
377	Чай фруктовый (черноплодная рябина) ( чай черный, черноплодная рябина , сахар)	200	5,00	0,10	0,03	15,00	60,61
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/25	4,60	3,77	0,58	26,84	127,62
	<b>Итого:</b>	<b>565</b>	<b>75,60</b>	<b>23,86</b>	<b>19,32</b>	<b>110,95</b>	<b>711,78</b>
<b>Обед</b>							
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., зелень, йодир.соль)	250/15/10/1	19,30	6,76	10,38	12,64	172,12
243	Сосиска отварная (сосиска говяжья "Экстра")	55	33,00	5,72	11,06	0,44	124,30
305/136	Рис с овощами (крупа рисовая, морковь, лук репч., раст. масло, слив. масло, йодир. соль)	130	15,00	3,55	11,68	33,82	255,18
389	Сок фруктовый (в ассортименте)	200	13,00	0,20	0,26	22,60	92,00
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/20	4,10	3,49	0,52	24,37	116,12
	<b>Итого:</b>	<b>711</b>	<b>84,40</b>	<b>19,72</b>	<b>33,90</b>	<b>93,87</b>	<b>759,72</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1276</b>	<b>160,00</b>	<b>43,58</b>	<b>53,22</b>	<b>204,82</b>	<b>1 471,50</b>

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

*Гусев*

*Гоминин*

Утверждаю

МУП "Школьное питание" г.о. Жигулевск

Директор

Меню на "05" декабря 2022г

ГБОУ С (О) ОШ № 3

Директор

Согласовано

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>							
ПР/331	Тефтели из индейки с соусом (мясо индейки, крупа рисовая, яйцо кур., соус- томат. пюре, сметана 15%, мука пшенич.,	65/50	34,00	10,71	9,23	32,06	251,86
204	Макароны отварные с сыром (макароны из пшен.муки, сыр п/тв.45%, слив.масло 72%, йодир.соль)	150/10	20,00	8,12	8,01	37,05	253,49
377	Чай фруктовый (черноплодная рябина) (чай черный, черноплодная рябина, сахар)	200	5,00	0,10	0,03	15,00	60,61
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	20/20	3,20	2,70	0,42	19,54	92,74
<b>Дополнительная витаминизация</b>							
ПР	Сок фруктовый в индивидуальной упаковке	200	19,09	0,20	0,26	22,60	92,00
<b>Итого:</b>		<b>715</b>	<b>62,20</b>	<b>21,83</b>	<b>17,95</b>	<b>126,25</b>	<b>750,70</b>
<b>Обед</b>							
93	Щи по-уральски на бульоне из мяса цыплят, со сметаной и зеленью (б/к капуста, карт., томат.пюре, морк., лук репч., крупа	200/15/10/1	17,00	6,28	9,30	10,20	150,66
243	Сосиска отварная (сосиска говяжья "Экстра")	55	33,00	5,72	11,06	0,44	124,30
305/136	Рис с овощами (крупа рисовая, морковь, лук репч., раст. масло, слив. масло, йодир. соль)	170	20,00	3,55	11,68	33,82	255,18
389	Сок фруктовый (в ассортименте)	200	13,00	0,20	0,26	22,60	92,00
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный	30/20	4,10	3,49	0,52	24,37	116,12
<b>Дополнительная витаминизация</b>							
ПР	Сыр плавленый ломтевой сливочный классич.	18	19,09	1,75	4,73	0,86	50,75
<b>Итого:</b>		<b>734</b>	<b>87,10</b>	<b>20,99</b>	<b>37,55</b>	<b>92,29</b>	<b>789,01</b>
<b>Всего:</b>		<b>1449</b>	<b>149,30</b>	<b>42,82</b>	<b>55,50</b>	<b>218,54</b>	<b>1539,71</b>

Заведующий производством

*Алекс**Александр*

Утверждаю

Согласовано

МУП "Школьное питание" г.о. Жигулевск

Меню на "05" декабря 2022г

ГБОУ С (О)ОШ № 3

Директор

Директор

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, со сметаной и зеленью (б/к капуста, карт., томат. пюре, морк., лук репч., крупа пшено, мясо кур., сметана 15%, масло растит., зелень, йодир. соль)	200/15/10/1	17,00	6,28	9,30	15,90	150,66
243	Сосиска отварная (сосиска говяжья "Экстра")	55	33,00	5,72	11,06	0,44	124,30
305/136	Рис с овощами (крупа рисовая, морковь, лук репч., раст. масло, слив. масло, йодир. соль)	140	16,00	3,55	11,68	33,82	255,18
389	Сок фруктовый (в ассортименте)	200	11,00	0,20	0,26	22,60	92,00
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>691</b>	<b>79,30</b>	<b>18,05</b>	<b>32,74</b>	<b>87,16</b>	<b>692,14</b>

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

*Григорьев*

*Григорьев*

Утверждаю:

МУП "Школьное питание" г.о. Жигулевск

Директор \_\_\_\_\_



Согласовано:

ГБОУ С (О)ОШ № 3

Директор \_\_\_\_\_



Меню на "05" декабря 2022г

Возрастная категория с 12 лет и старше (детям мобилизованных лиц)

1 день цикл. меню

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
<b>Завтрак</b>							
ПР/331	Тефтели из индейки с соусом (мясо индейки, крупа рисовая, яйцо кур., соус- томат. пюре, сметана 15%, мука пшенич., йодир. соль)	65/50	34,00	10,71	9,23	32,06	251,86
204	Макаронны отварные с сыром (макаронны из пшен. муки, сыр п/тв. 45%, слив. масло 72%, йодир. соль)	180/25	37,69	9,28	9,48	37,05	271,69
377	Чай фруктовый (черноплодная рябина) (чай черный, черноплодная рябина, сахар)	200	5,00	0,10	0,03	15,00	60,61
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/25	4,60	3,77	0,58	26,84	127,62
	<b>Итого:</b>	<b>575</b>	<b>81,29</b>	<b>23,86</b>	<b>19,32</b>	<b>110,95</b>	<b>711,78</b>
<b>Обед</b>							
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., зелень, йодир. соль)	250/15/10/1	19,30	6,76	10,38	12,64	172,12
243	Сосиска отварная (сосиска говяжья "Экстра")	55	33,00	5,72	11,06	0,44	124,30
305/136	Рис с овощами (крупа рисовая, морковь, лук репч., раст. масло, слив. масло, йодир. соль)	150	17,70	6,38	12,09	63,79	290,35
389	Сок фруктовый (в ассортименте)	200	13,00	0,20	0,26	22,60	92,00
ПР	Сыр плавленый ломтевой сливочный классич.	18	19,09	1,75	4,73	0,86	50,75
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/20	4,10	3,49	0,52	24,37	116,12
	<b>Итого:</b>	<b>784</b>	<b>106,19</b>	<b>24,30</b>	<b>39,04</b>	<b>124,70</b>	<b>845,64</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1359</b>	<b>187,48</b>	<b>48,16</b>	<b>58,36</b>	<b>235,65</b>	<b>1 557,42</b>

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством \_\_\_\_\_ | \_\_\_\_\_ |