

Утверждаю

МУП "Школьное питание" г.о. Жигулевск

Директор А.С. Кустова

ГБОУ СО(О)ОШ № 2

Согласовано

Директор

Меню на "15" декабря 2022г

Возрастная категория с 7 до 11 лет

9 день цикл меню

| № рецептуры                         | Наименование блюда  | Выход, г    | Цена, руб     | Химический состав |              |               |                |
|-------------------------------------|---|-------------|---------------|-------------------|--------------|---------------|----------------|
|                                     |   |             |               | белки, г          | жиры, г      | углеводы, г   | ЭЦ, ккал       |
| <b>Завтрак</b>                      |   |             |               |                   |              |               |                |
| 279/331                             | Тефтели из мяса цыплят с соусом<br>(филе кур, крупа рисовая, яйцо кур., лук репч., соус- томат. пюре, мука пшенич., йодир. соль)  | 60/50       | 29,00         | 9,95              | 8,67         | 29,86         | 235,16         |
| 312                                 | Картофельное пюре<br>(картофель, молоко 2,5 %, слив. масло 72%, йодир. соль)  | 150         | 22,00         | 3,28              | 5,60         | 22,06         | 152,24         |
| 646                                 | Напиток лимонный<br>(лимон сежий, сахар)  | 200         | 8,00          | 0,14              | 0,02         | 24,43         | 101,20         |
| ПР                                  | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный<br>(мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)   | 20/20       | 3,20          | 2,70              | 0,42         | 19,54         | 92,74          |
| <b>Дополнительная витаминизация</b> |   |             |               |                   |              |               |                |
| ПР                                  | Сыр плавленный ломтевой сливочный классич.  | 18          | 19,09         | 1,75              | 4,73         | 0,86          | 50,75          |
| <b>Итого:</b>                       |   | <b>518</b>  | <b>62,20</b>  | <b>17,82</b>      | <b>19,44</b> | <b>96,75</b>  | <b>632,09</b>  |
| <b>Обед</b>                         |   |             |               |                   |              |               |                |
| 88                                  | Щи из свежей капусты и картофеля на бульоне из мяса цыплят, со сметаной, зеленью<br>(б/к капуста, томат.пюре, морк., лук репч., мясо кур., масло растит., сметана 15%, укроп) | 200/15/10/1 | 20,00         | 6,83              | 11,73        | 7,81          | 159,29         |
| 260                                 | Гуляш из говядины (мясо говядины, лук репчатый, томат паста, соль йодированная, мука пшеничная, масло растительное)   | 30/60       | 40,00         | 9,84              | 6,18         | 3,70          | 110,14         |
| 302                                 | Каша гречневая рассыпчатая<br>(крупа гречневая, сл. масло, йодир. соль)   | 150         | 18,00         | 9,02              | 6,69         | 40,81         | 259,18         |
| 377                                 | Чай фруктовый (с/м смородина)<br>(чай черный, сахар, смородина св./мор.)  | 200         | 5,00          | 0,13              | 0,02         | 15,20         | 62,00          |
| ПР                                  | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный<br>(мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)   | 30/20       | 4,10          | 3,49              | 0,52         | 24,37         | 116,12         |
| <b>Дополнительная витаминизация</b> |   |             |               |                   |              |               |                |
| ПР                                  | Сок фруктовый в индивидуальной упаковке   | 200         | 19,09         | 1,00              | 0,20         | 20,20         | 86,60          |
| <b>Итого:</b>                       |   | <b>916</b>  | <b>87,10</b>  | <b>30,31</b>      | <b>25,34</b> | <b>112,09</b> | <b>793,33</b>  |
| <b>Всего:</b>                       |   | <b>1434</b> | <b>149,30</b> | <b>48,13</b>      | <b>44,78</b> | <b>208,84</b> | <b>1425,42</b> |

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

*Александр Александрович*

Утверждаю

МУП "Школьное питание" г.о. Жигулевск

Директор А.С. Кустова

Согласовано  
ГБОУ С (О)ОШ № 3

Директор

Меню на "15" декабря 2022г

Возрастная категория с 12 лет и старше

9 день шк. меню

| № рецептуры | Наименование блюда   | Выход, г    | Цена, руб     | Химический состав |              |               |                 |
|-------------|--|-------------|---------------|-------------------|--------------|---------------|-----------------|
|             |  |             |               | белки, г          | жиры, г      | углеводы, г   | ЭЦ, ккал        |
|             | <b>Завтрак</b>   |             |               |                   |              |               |                 |
| 279/331     | Тефтели из мяса цыплят с соусом<br>(филе кур, крупа рисовая, яйцо кур., лук репч., соус-томат. пюре, мука пшенич., йодир. соль)  | 70/50       | 40,00         | 10,28             | 16,20        | 12,81         | 238,83          |
| 312         | Картофельное пюре<br>(картофель, молоко 2,5 %, слив. масло 72%, йодир. соль)   | 160         | 23,00         | 3,50              | 5,98         | 23,54         | 162,40          |
| 646         | Напиток лимонный<br>(лимон сежий, сахар)   | 200         | 8,00          | 0,14              | 0,02         | 24,43         | 101,20          |
| ПР          | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный<br>(мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)  | 30/25       | 4,60          | 3,77              | 0,58         | 26,84         | 127,62          |
|             | <b>Итого:</b>  | <b>535</b>  | <b>75,60</b>  | <b>17,69</b>      | <b>22,78</b> | <b>87,62</b>  | <b>630,05</b>   |
|             | <b>Обед</b>  |             |               |                   |              |               |                 |
| 88          | Щи из свежей капусты и картофеля на бульоне из мяса цыплят, со сметаной, зеленью<br>(б/к капуста, томат. пюре, морк., лук репч., мясо кур., масло растит., сметана 15%, укроп зелень, йодир. соль) | 250/15/10/1 | 21,30         | 7,47              | 13,60        | 9,69          | 147,43          |
| 260         | Гуляш из говядины (мясо говядины, лук репчатый, томат паста, соль йодированная, мука пшеничная, масло растительное)  | 30/30       | 38,00         | 9,84              | 6,18         | 3,70          | 110,14          |
| 302         | Каша гречневая рассыпчатая<br>(крупа гречневая, сл. масло, йодир. соль)  | 130         | 16,00         | 7,82              | 5,80         | 35,37         | 224,62          |
| 377         | Чай фруктовый (с/м смородина)<br>(чай черный, сахар, смородина св./мор.)   | 200         | 5,00          | 0,13              | 0,02         | 15,20         | 62,00           |
| ПР          | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный<br>(мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)  | 30/20       | 4,10          | 3,49              | 0,52         | 24,37         | 116,12          |
|             | <b>Итого:</b>  | <b>716</b>  | <b>84,40</b>  | <b>28,75</b>      | <b>26,12</b> | <b>88,33</b>  | <b>660,31</b>   |
|             | <b>Всего:</b>  | <b>1251</b> | <b>160,00</b> | <b>46,44</b>      | <b>48,90</b> | <b>175,95</b> | <b>1 290,36</b> |

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

Утверждаю

МУП "Школьное питание" г.о. Жигулевск

Директор *А.С. Кустова*

ГБОУ С (О)ОШ № 3

Согласовано  
Директор *С.И. Дубова*

Меню на "15" декабря 2022г

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

9 день цикл меню

| № рецептуры                         | Наименование блюда  | Выход, г    | Цена, руб     | Химический состав |              |               |                |
|-------------------------------------|---|-------------|---------------|-------------------|--------------|---------------|----------------|
|                                     |   |             |               | белки, г          | жиры, г      | углеводы, г   | ЭЦ, ккал       |
| <b>Завтрак</b>                      |   |             |               |                   |              |               |                |
| 279/331                             | Тефтели из мяса цыплят с соусом<br>(филе кур, крупа рисовая, яйцо кур., лук репч., соус- томат. пюре, мука пшенич., | 60/50       | 29,00         | 9,95              | 8,67         | 29,86         | 235,16         |
| 312                                 | Картофельное пюре<br>(картофель, молоко 2,5 %, слив. масло 72%, йодир. соль   | 150         | 22,00         | 3,28              | 5,60         | 22,06         | 152,24         |
| 646                                 | Напиток лимонный<br>(лимон сежий, сахар)  | 200         | 8,00          | 0,14              | 0,02         | 24,43         | 101,20         |
| ПР                                  | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный<br>(мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)                                   | 20/20       | 3,20          | 2,70              | 0,42         | 19,54         | 92,74          |
| <b>Дополнительная витаминизация</b> |   |             |               |                   |              |               |                |
| ПР                                  | Сыр плавленый ломтевой сливочный классич.   | 18          | <b>19,09</b>  | 1,75              | 4,73         | 0,86          | 50,75          |
| <b>Итого:</b>                       |   | <b>518</b>  | <b>62,20</b>  | <b>17,82</b>      | <b>19,44</b> | <b>96,75</b>  | <b>632,09</b>  |
| <b>Обед</b>                         |   |             |               |                   |              |               |                |
| 88                                  | Щи из свежей капусты и картофеля на бульоне из  | 200/15/10/1 | 20,00         | 6,83              | 11,73        | 7,81          | 129,29         |
| 260                                 | Гуляш из ГОВЯДИНЫ (мясо говядины, лук репчатый, томат паста, соль йодированная, мука пшеничная, масло растительное) | 30/60       | 40,00         | 9,84              | 6,18         | 3,70          | 110,14         |
| 302                                 | Каша гречневая рассыпчатая<br>(крупа гречневая, сл. масло, йодир. соль)   | 150         | 18,00         | 9,02              | 6,69         | 40,81         | 259,18         |
| 377                                 | Чай фруктовый (с/м смородина)<br>(чай черный, сахар, смородина св./мор.)  | 200         | 5,00          | 0,13              | 0,02         | 15,20         | 62,00          |
| ПР                                  | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный<br>(мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)                                   | 30/20       | 4,10          | 3,49              | 0,52         | 24,37         | 116,12         |
| <b>Дополнительная витаминизация</b> |   |             |               |                   |              |               |                |
| ПР                                  | Сок фруктовый в индивидуальной упаковке   | 200         | <b>19,09</b>  | 1,00              | 0,20         | 20,20         | 86,60          |
| <b>Итого:</b>                       |   | <b>916</b>  | <b>87,10</b>  | <b>30,31</b>      | <b>25,34</b> | <b>112,09</b> | <b>763,33</b>  |
| <b>Всего:</b>                       |   | <b>1434</b> | <b>149,30</b> | <b>48,13</b>      | <b>44,78</b> | <b>208,84</b> | <b>1395,42</b> |

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством *Александр Демин*

Утверждаю

МУП "Школьное питание" г.о. Жигулевск

Директор А.С. Кустова

Согласовано  
ГБОУ С (О)ОШ № 3

Директор Орлова

Меню на "15" декабря 2022г

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

9 день цикла меню

| № рецептуры    | Наименование блюда   | Выход, г    | Цена, руб     | Химический состав |              |               |                 |
|----------------|--|-------------|---------------|-------------------|--------------|---------------|-----------------|
|                |  |             |               | белки, г          | жиры, г      | углеводы, г   | ЭЦ, ккал        |
| <b>Завтрак</b> |  |             |               |                   |              |               |                 |
| 279/331        | Тефтели из мяса цыплят с соусом<br>(филе кур, крупа рисовая, яйцо кур., лук репч., соус- томат. пюре, мука пшенич., йодир. соль)   | 70/45       | 39,69         | 10,28             | 16,20        | 12,81         | 238,83          |
| 312            | Картофельное пюре<br>(картофель, молоко 2,5 %, слив. масло 72%, йодир. соль)   | 180         | 29,00         | 3,50              | 5,98         | 23,54         | 162,40          |
| 646            | Напиток лимонный<br>(лимон сежий, сахар)   | 200         | 8,00          | 0,14              | 0,02         | 24,43         | 101,20          |
| ПР             | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный<br>(мука пшеничная высшего сорта, дрожжи, соль йодир.)  | 30/25       | 4,60          | 3,77              | 0,58         | 26,84         | 127,62          |
|                | <b>Итого:</b>  | <b>550</b>  | <b>81,29</b>  | <b>17,69</b>      | <b>22,78</b> | <b>87,62</b>  | <b>630,05</b>   |
| <b>Обед</b>    |  |             |               |                   |              |               |                 |
| 88             | Щи из свежей капусты и картофеля на бульоне из мяса цыплят, со сметаной, зеленью<br>(б/к капуста, томат. пюре, морк., лук репч., мясо кур., масло растит., сметана 15%, укроп зелень, йодир. соль) | 250/15/10/1 | 21,30         | 7,47              | 13,60        | 9,69          | 147,43          |
| 260            | Гуляш из говядины (мясо говядины, лук репчатый, томат паста, соль йодированная, мука пшеничная, масло растительное)  | 40/40       | 38,00         | 9,84              | 6,18         | 3,70          | 110,14          |
| 302            | Каша гречневая рассыпчатая<br>(крупа гречневая, сл. масло, йодир. соль)  | 150         | 18,00         | 7,82              | 5,80         | 35,37         | 224,62          |
| 377            | Чай фруктовый (с/м смородина)<br>(чай черный, сахар, смородина св./мор.)   | 200         | 5,00          | 0,13              | 0,02         | 15,20         | 62,00           |
| ПР             | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный<br>(мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)  | 30/20       | 4,10          | 3,49              | 0,52         | 24,37         | 116,12          |
|                | <b>Итого:</b>  | <b>756</b>  | <b>86,40</b>  | <b>28,75</b>      | <b>26,12</b> | <b>88,33</b>  | <b>660,31</b>   |
|                | <b>Всего:</b>  | <b>1306</b> | <b>167,69</b> | <b>46,44</b>      | <b>48,90</b> | <b>175,95</b> | <b>1 290,36</b> |

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством Алексей Томашев

Утверждаю

МУП "Школьное питание" г.о. Жигулевск

Директор *Е.С. Кустова*



Согласовано

ГБОУ С (О)ОШ № 3

Директор *Грицова*



Меню на "15" декабря 2022г

Возрастная категория с 7 до 11 лет

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

9 день цикл. меню

| № рецептуры | Наименование блюда  | Выход, г    | Цена, руб    | Химический состав |              |              |               |
|-------------|---|-------------|--------------|-------------------|--------------|--------------|---------------|
|             |   |             |              | белки, г          | жиры, г      | углеводы, г  | ЭЦ, ккал      |
|             | <i>Обед</i>   |             |              |                   |              |              |               |
| 88          | Щи из свежей капусты и картофеля на бульоне из мяса цыплят, со сметаной, зеленью<br>(б/к капуста, томат пюре, морк., лук репч.,мясо кур.,масло растит., сметана 15%, укроп зелень, йодир. соль) | 200/15/10/1 | 20,00        | 6,83              | 11,73        | 7,81         | 129,29        |
| 260         | Гуляш из говядины (мясо говядины, лук репчатый, томат паста, соль йодированная, мука пшеничная, масло растительное)   | 30/25       | 36,00        | 9,84              | 6,18         | 3,70         | 110,14        |
| 302         | Каша гречневая рассыпчатая<br>( крупа гречневая, сл. масло, йодир. соль)  | 130         | 16,00        | 7,82              | 5,80         | 35,37        | 224,62        |
| 377         | Чай фруктовый (с/м смородина)<br>(чай черный, сахар, смородина св./мор.)  | 200         | 5,00         | 0,13              | 0,02         | 15,20        | 62,00         |
| ПР          | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный<br>(мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)   | 20/15       | 2,30         | 2,30              | 0,44         | 14,40        | 70,00         |
|             | <b>Итого:</b>   | <b>646</b>  | <b>79,30</b> | <b>26,92</b>      | <b>24,17</b> | <b>76,48</b> | <b>596,05</b> |

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством *Анна* / *Анна*