

карт  
 зак



Меню на "19" сентября" 2022г  
 Возрастная категория с 7 до 11 лет

11 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)	75/30	34,00	8,00	14,00	15,00	220,00
204	Макаронны отварные с сыром (макаронны 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 с лимоном (чай черный, сахар, лимон св.)	200	5,00	0,16	0,03	15,21	62,99
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	20/20	3,20	2,70	0,42	19,54	92,74
	<b>Итого:</b>	<b>505</b>	<b>62,20</b>	<b>18,98</b>	<b>22,46</b>	<b>86,80</b>	<b>629,22</b>
<b>Обед</b>							
84	Борщ с фасолью и картофелем, мясом цыпленка, сметаной, зеленью (свекла, картофель, фасоль, мясо кур. лук репч., морковь, томат.пюре, раст. масло, сметана 15%, сахар, йодир. соль, укроп зелень)	200/15/10/1	21,00	7,85	12,35	11,54	156,45
293/330	Цыплята порциями в соусе сметанном (цыплята порц., сметана 15%, мука пшенич., йодир.соль)	60/50	37,00	17,55	23,49	3,59	297,34
304	Рис отварной (крупа рисовая, слив. масло 72%, йодир. соль)	150	17,00	3,81	6,11	40,01	230,31
349	Компот из смеси сухофруктов (смесь сухофруктов, сахар, лимон. кислота)	200	8,00	0,66	0,09	32,00	132,80
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>736</b>	<b>87,10</b>	<b>33,36</b>	<b>42,56</b>	<b>111,51</b>	<b>933,02</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1241</b>	<b>149,30</b>	<b>52,34</b>	<b>65,02</b>	<b>198,31</b>	<b>1562,24</b>

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством Анна Толкина

МУП "Школьное питание" г.о. Жигулевск

Директор Е.П. Олисова

Меню на "19" сентября" 2022г

Возрастная категория с 12 лет и старше

ГБОУ С (О)ОШ № 3

Директор

Согласовано

11 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)	75/30	34,00	8,00	14,00	15,00	220,00
204	Макаронны отварные с сыром (макаронны из пшен. муки, сыр п/тв. 45%, слив. масло 72%, йодир. соль)	180/15	32,00	9,74	9,61	44,46	304,89
377	Чай с лимоном (чай черный, сахар, лимон св.)	200	5,00	0,16	0,03	15,21	62,99
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>555</b>	<b>75,60</b>	<b>21,67</b>	<b>24,22</b>	<b>101,51</b>	<b>715,49</b>
<b>Обед</b>							
84	Борщ с фасолью и картофелем, мясом цыпленка, сметаной, зеленью (свекла, картофель, фасоль, мясо кур., лук репч., морковь, томат. пюре, раст. масло, сметана 15%, сахар, йодир. соль, укроп зелень)	250/15/10/1	22,30	8,80	14,57	14,43	183,57
293/330	Цыплята порциями в соусе сметанном (цыплята порц., сметана 15%, мука пшенич., йодир. соль)	60/25	34,00	17,55	23,49	3,59	297,34
304	Рис отварной (крупа рисовая, слив. масло 72%, йодир. соль)	140	16,00	3,55	5,70	37,34	214,96
349	Компот из смеси сухофруктов (смесь сухофруктов, сахар, лимон. кислота)	200	8,00	0,66	0,09	32,00	132,80
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/20	4,10	3,50	0,52	24,37	116,12
<b>Итого:</b>		<b>751</b>	<b>84,40</b>	<b>34,06</b>	<b>44,37</b>	<b>111,73</b>	<b>944,79</b>
<b>Всего:</b>		<b>1306</b>	<b>160,00</b>	<b>55,73</b>	<b>68,59</b>	<b>213,24</b>	<b>1 660,29</b>

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

Алиса / Алиса

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

Согласовано  
 ГБОУ С (О)ОШ № 3  
 Директор Олисова

Меню на "19" сентября" 2022г

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

11 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)	75/30	34,00	8,00	14,00	15,00	220,00
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 с лимоном (чай черный, сахар, лимон св.)	200	5,00	0,16	0,03	15,21	62,99
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	20/20	3,20	2,70	0,42	19,54	92,74
	<b>Итого:</b>	<b>505</b>	<b>62,20</b>	<b>18,98</b>	<b>22,46</b>	<b>86,80</b>	<b>629,22</b>
<b>Обед</b>							
84	Борщ с фасолью и картофелем, мясом цыпленка, сметаной, зеленью (свекла, картофель, фасоль, мясо кур, лук репч., морковь, томат. пюре, раст. масло, сметана 15%, сахар, йодир. соль, укроп зелень)	200/15/10/1	21,00	7,85	12,35	11,54	156,45
293/330	Цыплята порциями в соусе сметанном (цыплята порц., сметана 15%, мука пшенич., йодир. соль)	60/50	37,00	17,55	23,49	3,59	297,34
304	Рис отварной (крупа рисовая, слив. масло 72%, йодир. соль)	150	17,00	3,81	6,11	40,01	230,31
349	Компот из смеси сухофруктов (смесь сухофруктов, сахар, лимон. кислота)	200	8,00	0,66	0,09	32,00	132,80
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>736</b>	<b>87,10</b>	<b>33,36</b>	<b>42,56</b>	<b>111,51</b>	<b>933,02</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1241</b>	<b>149,30</b>	<b>52,34</b>	<b>65,02</b>	<b>198,31</b>	<b>1562,24</b>

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

Алекс , Алекс /

Утверждаю

МУП "Школьное питание" г.о. Жигулевск

Директор Г.П.Олисова

Согласовано

ГБОУ С (О)ОШ № 3

Директор Олисова

Меню на "19" сентября" 2022г

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

11 день цикл: меню

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
	<i>Обед</i>						
84	Борщ с фасолью и картофелем, мясом цыпленка, сметаной, зеленью (свекла, картофель, фасоль, мясо кур, лук репч., морковь, томат.пюре, раст. масло, сметана 15%, сахар, йодир. соль, укроп зелень)	200/15/10/1	21,00	7,85	12,35	11,54	156,45
293/330	Цыплята порциями в соусе сметанном (цыплята порц., сметана 15%, мука пшенич., йодир. соль)	60/25	34,00	17,55	23,49	3,59	297,34
304	Рис отварной (крупа рисовая, слив. масло 72%, йодир. соль)	130	15,00	3,30	5,29	34,67	199,60
349	Компот из смеси сухофруктов ( смесь сухофруктов, сахар, лимон. кислота)	180	7,00	0,66	0,09	32,00	132,80
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>656</b>	<b>79,30</b>	<b>31,66</b>	<b>41,66</b>	<b>96,20</b>	<b>856,19</b>

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством Алиев Алиев