

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

Меню на "29" сентября 2022г
 Возрастная категория с 7 до 11 лет

лист № 3

Согласовано
 ГБОУ С (О)Ш № 3
 Директор Орлова

4 день цикл. меню

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
	Завтрак						
70	Овощи консервированные порционно (огурец) (огурец, лимон. кисл., йодид соль)	15	2,00	0,16	0,02	0,34	2,60
98.06	Котлета мясо-рыбная "Веста" (филе цыпленка, мятная, морковь, лук репч., хлеб пшеничн., раст.масло)	70	31,00	5,56	3,44	7,91	85,04
312	Картофельное пюре (картофель, молоко 2,5%, слив. масло 72%, йодид.соль)	150	22,00	3,28	5,60	22,06	152,24
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 йодид.)	20/20	3,20	2,70	0,42	19,54	92,74
	Итого:	475	62,20	11,77	9,50	64,85	392,62
	Обед						
52	Салат из свеклы отварной (свекла, раст.масло, лимон.кисл., йодид.соль)	60	5,00	0,71	3,04	4,18	46,92
103	Суп картофельный с вермишелью на бульоне из мяса цыплят, зеленью (картофель п/ф., макарон. издел., морк., лук репч., мясо кур, масло раст., укроп зелень, йодид. соль)	200/15/1	16,00	5,06	4,71	18,50	129,89
297/331	Фрикадельки из цыплят с соусом сметанным с томатом (мясо кур., хлеб пшен.,молоко 2,5%, яйцо кур., раст.масло,	60/50	42,00	10,61	12,19	8,66	187,45
171	Каша перловая рассыпчатая (крупа перловая, соль, масло слив.72%)	150	9,00	4,68	4,88	33,49	196,77
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 йодид.)	30/20	4,10	3,49	0,52	24,37	116,12
	Итого:	786	87,10	24,75	25,60	111,80	769,15
	Всего:	1261	149,30	36,52	35,1	176,65	1161,77

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством Генерал / Генерал

Утверждаю

МУП "Школьное питание" г.о. Жигулевск

Директор Т.П.Олисова

Меню на " 29 " сентября 2022г

Возрастная категория с 12 лет и старше

ГБОУ СО(О)ОШ №

Директор Олисова

Согласовано

4 день цикл. меню

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
	Завтрак						
70	Овощи консервированные (огурец порционнo) (огурец, лимон. кисл., йодир соль)	40	6,00	0,32	0,04	0,68	5,20
98.06	Котлета мясо-рыбная "Веста" (филе цыпленка, мятная, морковь, лук репч., хлеб пшеничн., раст.масло)	80	35,00	6,34	3,94	9,03	97,21
312	Картофельное пюре (картофель, молоко 2,5%, слив. масло 72%, йодир.соль)	180	26,00	3,94	6,73	26,48	187,20
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	3,77	0,58	26,84	127,62
	Итого:	555	75,60	14,44	11,31	78,03	477,23
	Обед						
52	Салат из свеклы отварной (свекла, раст.масло, лимон.кисл., йодир.соль)	30	3,00	0,36	1,52	2,09	46,92
103	Суп картофельный с вермишелью на бульоне из мяса цыплят, зеленью (картофель п/ф., макарон. издел., морк., лук репч., мясо кур, масло раст., зелень, йодир. соль)	250/15/1	18,30	7,00	6,47	20,89	170,28
297/331	Фрикадельки из цыплят с соусом сметанным с томатом (мясо кур., хлеб пшен.,молоко 2,5%, яйцо кур., раст.масло, йодир.соль,сметана 15%,томат пюре)	60/30	39,00	10,61	12,19	8,66	187,45
171	Каша перловая рассыпчатая (крупа перловая, соль, масло слив.72%)	150	9,00	4,68	4,88	33,49	196,77
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.)	30/20	4,10	3,50	0,52	24,37	116,12
	Итого:	786	84,40	26,35	25,84	112,10	809,54
	Всего:	1341	160,00	40,79	37,15	190,13	1286,77

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

Олисова / Олисова /

Меню на "29" сентября 2022г
 ОБЗ. Возрастная категория с 7 до 11 лет. Возрастная категория с 12 лет и старше

4 день цикла меню

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
Завтрак							
70	Овощи консервированные (огурец порционно) (огурец, лимон. кисл., йодир. соль)	15	2,00	0,16	0,02	0,34	2,60
98.06	Котлета мясо-рыбная "Веста" (филе цыпленка, минтая, морковь, лук репч., хлеб пшеничн., ...)	70	31,00	5,56	3,44	7,91	85,04
312	Картофельное пюре (картофель, молоко 2,5 %, слив. масло 72%, йодир. соль)	150	22,00	3,28	5,60	22,06	152,24
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	2,70	0,42	19,54	92,74
	Итого:	475	62,20	11,77	9,50	64,85	392,62
Обед							
52	Салат из свеклы отварной (свекла, раст.масло, лимон.кисл., йодир.соль)	60	5,00	0,71	3,04	4,18	46,92
103	Суп картофельный с вермишелью на бульоне из мяса цыплят, зеленью (картофель п/ф., макарон. издел., морк., лук репч., мясо кур, масло раст., укроп зелень, йодир. соль)	200/15/1	16,00	5,06	4,71	18,50	129,89
297/331	Фрикадельки из цыплят с соусом сметанным с томатом (мясо кур., хлеб пшен.,молоко 2,5%, яйцо кур., раст.масло, йодир.соль,сметана 15%,томат пюре)	60/50	42,00	10,61	12,19	8,66	187,45
171	Каша перловая рассыпчатая (крупа перловая, соль, масло слив.72%)	150	9,00	4,68	4,88	33,49	196,77
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.)	30/20	4,10	3,49	0,52	24,37	116,12
	Итого:	786	87,10	24,75	25,60	111,80	769,15
	Всего:	1261	149,30	36,52	35,1	176,65	1161,77

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством Сеня | Олисова

Утверждаю

МУП "Школьное питание" г.о. Жигулевск

Директор Т.Н. Олисова



Согласовано

ГБОУ С (О)ОШ № 3

Директор Олисова



Меню на " 29 " сентября 2022г

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

4 день цикл. меню

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
	<i>Обед</i>						
52	Салат из свеклы отварной (свекла, раст.масло, лимон.кисл., йодир.соль)	40	3,00	0,47	2,03	2,79	31,28
103	Суп картофельный с вермишелью на бульоне из мяса цыплят, зеленью (картофель п/ф., макарон. издел., морк., лук репч., мясо кур, масло раст.,	200/15/1	16,00	5,06	4,71	18,50	129,89
297/331	Фрикадельки из цыплят с соусом сметанным с томатом (мясо кур., хлеб пшен.,молоко 2,5%, яйцо кур., раст.масло, йодир.соль,сметана 15%,томат пюре)	60/30	39,00	10,61	12,19	8,66	187,45
171	Каша перловая рассыпчатая (крупа перловая, соль, масло слив.72%)	140	8,00	4,68	4,88	33,49	196,77
389	Сок фруктовый (в ассортименте)	200	11,00	0,20	0,26	22,60	92,00
ГР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	20/15	2,30	2,30	0,44	14,40	70,00
	Итого:	721	79,30	26,81	25,03	124,81	823,51

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством Алиф / Дейкина /