

Утверждено

МУП "Школьное питание" г.о. Жигулевск

Директор А.С. Кустова

ГБОУ С (О)ОШ № 3

Согласовано

Директор

Меню на "01" февраля 2023г

Возрастная категория с 12 лет и старше

8 день цикл. меню

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход, г | Цена, руб | Химический состав | | | |
|----------------|---|-------------|---------------|-------------------|--------------|---------------|----------------|
| | | | | белки, г | жиры, г | углеводы, г | ЭЦ, ккал |
| Завтрак | | | | | | | |
| 21 | Салат из соленого огурца с луком репчатым (огурец соленый, лук репчатый, масло растительное) | 60 | 10,00 | 0,00 | 3,06 | 3,56 | 36,98 |
| 258 | Мясо духовое (свинина мякоть, раст. масло, картофель, морковь, лук репчатый, мука пшеничная, соль йодир.) | 50/170 | 62,80 | 17,92 | 13,41 | 22,36 | 282,14 |
| 377 | Чай фруктовый (черноплодная рябина) (чай черный, сахар, рябина св./мор.) | 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 | 4,05 | 0,66 | 24,64 | 120,90 |
| | Итого: | 535 | 82,40 | 22,07 | 17,16 | 65,56 | 500,63 |
| Обед | | | | | | | |
| 103 | Суп картофельный с макаронными изделиями и мясными фрикадельками (картофель, макаронные изделия, лук репч., морковь, масло растит., мясо говяд., лук репчат., яйцо кур., йодир. сол., зелень) | 250/20/1 | 34,00 | 7,57 | 4,65 | 21,07 | 156,89 |
| 291 | Плов из цыплят (мясо кур., крупа рисовая, лук репчат., морковь, масло растит., томат. пюре, йодир. соль) | 50/150 | 42,60 | 11,20 | 18,31 | 38,93 | 340,41 |
| 349 | Компот из смеси сухофруктов (смесь сухофруктов, сахар, лимон. кислота) | 200 | 8,00 | 0,66 | 0,09 | 32,00 | 132,80 |
| ПР | Булочка Ромашка (мука пшенич., раст. масло, соль, сахар, дрожжи) | 40 | 5,00 | 4,20 | 4,35 | 19,60 | 105,30 |
| ПР | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.) | 30/20 | 4,10 | 3,75 | 0,61 | 22,42 | 110,40 |
| | Итого: | 751 | 93,70 | 27,38 | 28,01 | 134,02 | 845,80 |
| | Всего: | 1286 | 176,10 | 49,45 | 45,17 | 199,58 | 1346,43 |

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

Анна | *Анна*

Утверждаю

МУП "Школьное питание" г.о. Жигулевск

Директор А.С.Кустова

ГБОУ С (О)ОШ № 3

Директор С.И.Савельев

Согласовано

Меню на "01" февраля 2023г

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

8 день цикл. меню

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход, г | Цена, руб | Химический состав | | | |
|-------------|--|------------|--------------|-------------------|--------------|---------------|---------------|
| | | | | белки, г | жиры, г | углеводы, г | ЭЦ, ккал |
| | <i>Обед</i> | | | | | | |
| 103/105 | Суп картофельный с макаронными изделиями и мясными фрикадельками (картофель, макаронные изделия, лук репч., морковь, масло растит., мясо говяд., лук репчат., яйцо кур., йодир.сол., зелень) | 200/20/1 | 33,84 | 7,00 | 4,06 | 4,10 | 132,56 |
| 291 | Плов из цыплят (мясо кур., крупа рисовая, лук репчат., морковь, масло растит., томат.пюре, йодир.соль) | 40/150 | 37,26 | 11,20 | 18,31 | 38,93 | 340,41 |
| 349 | Компот из смеси сухофруктов (смесь сухофруктов, сахар, лимон. кислота) | 200 | 8,00 | 0,66 | 0,09 | 32,00 | 132,80 |
| ПР | Булочка Ромашка (мука пшеничн., раст. масло, соль, сахар, дрожжи) | 40 | 5,00 | 4,20 | 4,35 | 19,60 | 105,30 |
| ПР | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.) | 20/15 | 2,30 | 2,60 | 0,42 | 15,69 | 77,10 |
| | Итого: | 686 | 86,40 | 25,66 | 27,23 | 110,32 | 788,17 |

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

Савельев / Савельев /

Утверждаю
 МУП "Школьное питание" г.о. Жигулевск
 Директор А.С. Кустова

Согласовано
 ГБОУ С (О)ОШ № 3
 Директор А.В. [подпись]

Меню на "01" февраля 2023г
 Возрастная категория с 12 лет и старше (детям мобилизованных лиц)

8 день цикла меню

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход, г | Цена, руб | Химический состав | | | |
|-------------|---|-------------|---------------|-------------------|--------------|---------------|----------------|
| | | | | белки, г | жиры, г | углеводы, г | ЭЦ, ккал |
| 21 | Салат из соленого огурца с луком репчатым (огурец соленый, лук репчатый, масло растительное) | 60 | 10,00 | 0,00 | 3,06 | 3,56 | 36,98 |
| 258 | Мясо духовое (свинина) мякоть, раст. масло, картофель, морковь, лук репчатый, мука пшеничная, соль йодир.) | 50/160 | 59,26 | 17,92 | 13,41 | 22,36 | 282,14 |
| 377 | Чай фруктовый (черноплодная рябина) (чай черный, сахар, рябина св./мор.) | 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 | 4,05 | 0,66 | 24,64 | 120,90 |
| | Итого: | 525 | 78,86 | 22,07 | 17,16 | 65,56 | 500,63 |
| | <i>Обед</i> | | | | | | |
| 103 | Суп картофельный с макаронными изделиями и мясными фрикадельками (картофель, макаронные изделия, лук репчат., морковь, масло растит., мясо говяд., лук репчат., яйцо кур., йодир. сол., зелень) | 250/20/1 | 34,00 | 7,57 | 4,65 | 21,07 | 156,89 |
| 291 | Плов из цыплят (мясо кур., крупа рисовая, лук репчат., морковь, масло растит., томат. пюре, йодир. соль) | 50/150 | 42,60 | 11,20 | 18,31 | 38,93 | 340,41 |
| 349 | Компот из смеси сухофруктов (смесь сухофруктов, сахар, лимон. кислота) | 200 | 8,00 | 0,66 | 0,09 | 32,00 | 132,80 |
| ПР | Булочка Ромашка (мука пшеничн., раст. масло, соль, сахар, дрожжи) | 40 | 5,00 | 4,20 | 4,35 | 19,60 | 105,30 |
| ПР | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.) | 30/20 | 4,10 | 3,75 | 0,61 | 22,42 | 110,40 |
| ПР | Сок фруктовый в индивидуальной упаковке | 200 | 16,72 | 0,20 | 0,26 | 22,60 | 92,00 |
| | Итого: | 951 | 110,42 | 27,38 | 28,01 | 134,02 | 845,80 |
| | Всего: | 1476 | 189,28 | 49,45 | 45,17 | 199,58 | 1346,43 |

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством Алексей Антонов