

Утверждено

Согласовано

МУП "Школьное питание" г.о. Жигулевск

ГБОУ С (О)ОШ № 3

Директор А.С. Кустова

Меню на "14" апреля 2023г

Директор Орлов

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

10 день цикла 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 репчатый (огурец соленый, лук репчатый, масло растительное)	40	6,00	0,34	2,04	1,04	24,65
265	Плов из свинины (свинина мякоть, крупа рисовая, лук репч. морковь, томат., раст. масло, йодир. соль)	50/170	60,26	19,28	13,3	42,77	368,17
342	Напиток из ягод вишни (вишня с/м, сахар)	200	8,00	0,10	0,03	25,29	102,33
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/25	4,60	4,05	0,66	24,64	120,90
	Итого:	515	78,86	23,77	16,03	93,74	616,05
Дополнительная витаминизация							
ПР	Сок фруктовый в индивидуальной упаковке	200	18,01	0,20	0,26	22,60	92,00
Обед							
113/114	Суп-лапша домашняя на бульоне из мяса цыплят, зеленью (лапша домашняя - мука пшенич., яйца кур., йодир. соль, морковь, лук репч., масло растит., мясо кур., укроп зелень, йод. соль)	250/15/1	18,20	9,5	9,99	30,93	252,16
279/540	Тефтели из мяса цыплят с соусом красным основным (филе кур, крупа рисовая, яйцо кур., лук репч., морковь, соус- томат. пюре, мука пшенич., йодир. соль)	70/20	37,71	5,10	10,74	9,52	150,30
200	Пюре из гороха и картофеля (картофель, горох лущеный, молоко 2,5 %, слив. масло 72%, йодир. соль)	140	20,40	10,41	7,71	27,27	220,48
388	Напиток из плодов шиповника (плоды шиповника суш., сахар, лимон. кисл.)	200	12,00	0,00	0,00	9,98	39,90
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	18,01	0,20	0,26	22,60	92,00
	Итого:	946	110,42	28,96	29,31	122,72	865,24
	Всего:	1461	189,28	52,73	45,34	216,46	1481,29
Дополнительная витаминизация							
ПР	Десерт фруктовый (мандарин)	100	18,01	0,81	0,31	13,34	53,00

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

Александр | Темин |

Утверждаю

МУП "Школьное питание" г.о. Жигулевск

Директор Медя А.С. Кустова

Согласовано

ГБОУ С (О)ОШ № 3

Директор Орлов

Меню на "14" апреля 2023г

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

10 день цикл. меню

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
<i>Обед</i>							
113/114	Суп-лапша домашняя на бульоне из мяса цыплят, зеленью (лапша домашняя - мука пшенич., яйца кур., йодир. соль, морковь, лук репч., масло растит., мясо кур., укроп зелень, йод. соль)	200/15/1	17,84	5,24	4,90	29,00	180,95
279/540	Тефтели из мяса цыплят с соусом красным основным(филе кур, крупа рисовая, яйцо кур., лук репч.,морковь, соус- томат. поре, мука пшенич., йодир.соль)	60/50	33,86	5,10	10,74	9,52	150,30
200	Пюре из гороха и картофеля (картофель, горох лущеный, молоко 2,5%, слив. масло 72%, йодир. соль)	140	20,40	10,41	7,71	27,27	220,48
388	Напиток из плодов шиповника (плоды шиповника суш., сахар, лимон. кисл.)	200	12,00	0,00	0,00	9,98	39,90
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	20/15	2,30	2,60	0,42	15,69	77,10
	Итого:	701	86,40	23,35	23,77	91,46	668,73

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством Лещ / Лещина /

Утверждаю

МУП "Школьное питание" г.о. Жигулевск

Директор А.С. Кустова



ГБОУ СО(О)ОШ № 3

Согласовано

Директор *Орлов*

Меню на "14" апреля 2023г

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

10 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	0,51	3,06	1,56	36,98
265	Плов из свинины (свинина мякоть, крупа рисовая, лук репч., морковь, томат., раст. масло, йодир. соль)	40/150	46,60	14,58	11,44	19,74	240,60
342	Напиток из ягод вишни (вишня с/м, сахар)	200	8,00	0,00	0,00	23,97	95,83
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный	20/20	3,20	2,89	0,47	17,91	87,60
	Итого:	500	67,80	17,98	14,97	63,18	461,01
Дополнительная витаминизация							
ПР	Сок фруктовый в индивидуальной упаковке	200	18,01	0,20	0,26	22,60	92,00
Обед							
113/114	Суп-лапша домашняя на бульоне из мяса цыплят, зеленью (лапша домашняя - мука пшенич., яйца кур., йодир. соль, морковь, лук репч., масло растит., мясо кур., укроп зелень, йод. соль)	200/15/1	17,84	9,24	8,95	29,00	233,95
279/540	Тефтели из мяса цыплят с соусом красным основным(филе кур, крупа рисовая, яйцо кур., лук репч., морковь, соус- томат. поре, мука пшенич., йодир. соль)	60/20	29,00	8,39	14,74	9,53	204,69
200	Пюре из гороха и картофеля (картофель, горох лущеный, молоко 2,5 %, слив. масло 72%, йодир. соль)	150	22,00	10,41	7,71	27,27	220,48
388	Напиток из плодов шиповника (плоды шиповника суш., сахар, лимон. кисл.)	200	12,00	0,00	0,00	9,98	39,90
ПР	Пирожок с малиновой начинкой (мука пшеничная, конфитюр, соль, сахар, масло сливочное)	30	10,00	2,37	3,57	18,54	115,83
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный	30/20	4,10	3,75	0,61	22,42	110,40
	Итого:	726	94,94	31,79	32,01	98,20	809,42
	Всего:	1226	162,74	49,77	46,98	161,38	1270,43
Дополнительная витаминизация							
ПР	Десерт фруктовый (мандарин)	100	18,01	0,81	0,31	13,34	53,00

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

Анна Генкина

Утверждаю

МУП "Школьное питание" г.о. Жигулевск

Директор А.С. Кустова

Согласовано
ГБОУ С (О)ОШ № 3

Директор Орлова

Меню на "14" апреля 2023г

Возрастная категория с 12 лет и старше

10 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 репчатый (огурец соленый, лук репчатый, масло растительное)	60	10,00	0,51	3,06	1,56	36,98
265	Плов из свинины (свинина мякоть, крупа рисовая, лук репч. морковь, томат, раст. масло, йодир. соль)	50/160	59,80	19,28	13,3	42,77	368,17
342	Напиток из ягод вишни (вишня с/м, сахар)	200	8,00	0,10	0,03	25,29	102,33
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	82,40	23,94	17,05	94,26	628,38
Обед							
113/114	Суп-лапша домашняя на бульоне из мяса цыплят, зеленью (лапша домашняя, мука пшенич., яйцо кур., йодир. соль, морковь, лук репч., масло растит., мясо)	250/15/1	18,20	9,5	9,99	30,93	252,16
279/540	Тефтели из мяса цыплят с соусом красным основным (филе кур., крупа рисовая, яйцо кур., лук репч., морковь, соус- томат. пюре, мука пшенич., йодир. соль)	60/20	29,00	8,34	14,73	9,65	204,97
200	Пюре из гороха и картофеля (картофель, горох лущеный, молоко 2,5 %, слив. масло 72%, йодир. соль)	150	22,00	9,72	7,20	25,45	205,78
388	Напиток из плодов шиповника (плоды шиповника суш., сахар, лимон. кисл.)	180	10,40	0,00	0,00	8,98	35,91
ПР	Пирожок с малиновой начинкой (мука пшеничная, конфитюр, соль, сахар, масло сливочное)	30	10,00	2,37	3,57	18,54	115,83
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/20	4,10	3,75	0,61	22,42	110,40
Итого:		756	93,70	31,31	32,53	97,43	809,22
Всего:		1281	176,10	55,25	49,58	191,69	1437,60

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

Александр Петров

Меню на "14" апреля 2023г
 Возрастная категория с 7 до 11 лет

10 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 репчатый (огурец соленый, лук репчатый, масло растительное)	60	10,00	0,51	3,06	1,56	36,98
265	Щов из свинины (свинина мякоть, крупа рисовая, лук репч, морковь, томат, раст. масло, йодир. соль)	40/150	46,60	14,58	11,44	19,74	240,60
342	Напиток из ягод вишни (вишня с/м, сахар)	200	8,00	0,00	0,00	23,97	95,83
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	20/20	3,20	2,89	0,47	17,91	87,60
	Итого:	500	67,80	17,98	14,97	63,18	461,01
Дополнительная витаминизация							
ПР	Сок фруктовый в индивидуальной упаковке	200	18,01	0,20	0,26	22,60	92,00
Обед							
113/114	Суп-лапша домашняя на бульоне из мяса цыплят, зеленью (лапша домашняя - мука пшенич., яйца кур., йодир. соль, морковь, лук репч., масло растит., мясо кур., укроп зелень, йод. соль)	200/15/1	17,84	9,24	8,95	29,00	233,95
279/540	Тефтели из мяса цыплят с соусом красным основным (филе кур, крупа рисовая, яйцо кур., лук репч., морковь, соус- томат. пюре, мука пшенич., йодир. соль)	60/20	29,00	8,39	14,74	9,53	204,69
200	Пюре из гороха и картофеля (картофель, горох лущеный, молоко 2,5 %, слив. масло 72%, йодир. соль)	150	22,00	10,41	7,71	27,27	220,48
388	Напиток из плодов шиповника (плоды шиповника суш., сахар, лимон. кисл.)	200	12,00	0,00	0,00	9,98	39,90
ПР	Пирожок с малиновой начинкой (мука пшеничная, конфитюр, соль, сахар, масло сливочное)	30	10,00	2,37	3,57	18,54	115,83
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/20	4,10	3,75	0,61	22,42	110,40
	Итого:	726	94,94	31,79	32,01	98,20	809,42
	Всего:	1226	162,74	49,77	46,98	161,38	1270,43
Дополнительная витаминизация							
ПР	Десерт фруктовый (мандарин)	100	18,01	0,81	0,31	13,34	53,00

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

Алекс

Анна