



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

Согласовано
 ГБОУ С(О)ОШ № 3
 Директор

Меню на "15" декабря 2023г
 Возрастная категория с 7 до 11 лет

5 день цикла меню

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход, г | Цена, руб | Химический состав | | | |
|-------------------------------------|--|-------------|---------------|-------------------|--------------|---------------|-----------------|
| | | | | белки, г | жиры, г | углеводы, г | ЭЦ, ккал |
| Завтрак | | | | | | | |
| 50 | Салат из свеклы с сыром <small>отварная, чеснок, сыр, масло растительное)</small> (свекла) | 60 | 13,00 | 2,84 | 5,70 | 4,37 | 80,59 |
| 291 | Плов из цыплят <small>(мясо кур, крупа рисовая, морковь, лук репч., раст. масло, соль йодир.)</small> | 50/150 | 47,60 | 16,85 | 22,00 | 41,19 | 430,77 |
| 376 | Чай с сахаром <small>чай черный, сахар)</small> | 200 | 4,00 | 0,10 | 0,03 | 10,01 | 40,66 |
| ПР | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный | 20/20 | 3,20 | 2,89 | 0,47 | 17,91 | 87,60 |
| | Итого: | 500 | 67,80 | 22,68 | 28,20 | 73,48 | 639,62 |
| Дополнительная витаминизация | | | | | | | |
| ПР | Десерт фруктовый | 100 | 18,01 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 |
| Обед | | | | | | | |
| 106 | Суп картофельный с рыбными консервами <small>(картофель, морковь, лук репч., крупа, раст. масло, укроп зелень, консервы рыбные, йодир.)</small> | 200/1 | 21,61 | 1,75 | 2,31 | 14,06 | 128,03 |
| 14 (2002) /331 | Голубцы с мясом и рисом (ленивые) в соусе <small>(б/к капуста, мясо говядины, свинины, яйцо куриное, крупа рисовая, соус-томат. пюре, сметана 15%, мука пшенич., йодир. соль)</small> | 70/30 | 34,23 | 7,40 | 5,48 | 6,97 | 155,90 |
| 312 | Картофельное пюре <small>(картофель, молоко 2,5 %, слив. масло 72%, йодир. соль)</small> | 150 | 19,00 | 3,28 | 5,60 | 22,06 | 152,24 |
| ПР | Пирожок с яблочной начинкой <small>пшен. дрожжи, соль йодированная, яблочный джем, молоко, сахар)</small> (мука) | 30 | 10,00 | 2,37 | 3,57 | 18,54 | 115,83 |
| 377 | Чай с лимоном <small>черный, сахар, лимон св.)</small> (чай) | 200 | 6,00 | 0,16 | 0,03 | 10,22 | 43,04 |
| ПР | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный | 30/20 | 4,10 | 3,75 | 0,61 | 22,42 | 110,40 |
| | Итого: | 731 | 94,94 | 18,71 | 17,60 | 94,27 | 705,44 |
| | Всего: | 1231 | 162,74 | 41,39 | 45,80 | 167,75 | 1 345,06 |
| Дополнительная витаминизация | | | | | | | |
| ПР | Десерт фруктовый | 100 | 18,01 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 |

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством Алексей Семин

МУП "Школьное питание" г.о. Жигулевск

Директор С.А. Кустова

ГБОУ С (О)ОШ № 3

Директор

Согласовано

Меню на "15" декабря 2023г
Возрастная категория с 12 лет и старше

5 день цикл. меню

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход, г | Цена, руб | Химический состав | | | |
|----------------|---|-------------|---------------|-------------------|--------------|---------------|----------------|
| | | | | белки, г | жиры, г | углеводы, г | ЭЦ, ккал |
| Завтрак | | | | | | | |
| 50 | Салат из свеклы с сыром (отварная, чеснок, сыр, масло растительное) (свекла) | 60 | 13,00 | 2,84 | 5,70 | 4,37 | 80,59 |
| 291 | Плов из цыплят (мясо кур, крупа рисовая, морковь, лук репч., раст. масло, соль йодир.) | 70/170 | 60,80 | 22,49 | 27,85 | 46,68 | 528,1 |
| 376 | Чай с сахаром (чай черный, сахар) | 200 | 4,00 | 0,10 | 0,03 | 10,01 | 40,66 |
| ПР | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.) | 30/25 | 4,60 | 4,05 | 0,66 | 24,64 | 120,9 |
| Итого: | | 555 | 82,40 | 29,48 | 34,24 | 85,70 | 770,25 |
| Обед | | | | | | | |
| 106 | Суп картофельный с рыбными консервами (картофель, морковь, лук репч., крупа, раст. масло, укроп зелень, консервы рыбные, йодир. соль) | 250/1 | 23,77 | 1,75 | 2,31 | 14,06 | 128,03 |
| 14 (2002) /331 | Голубцы с мясом и рисом (ленивые) в соусе (б/к капуста, мясо говядины, свинины, яйцо куриное, крупа рисовая, соус-томат. пюре, сметана 15%, мука пшенич., йодир. соль) | 70/50 | 36,13 | 7,4 | 5,48 | 6,97 | 107,5 |
| 312 | Картофельное пюре (картофель, молоко 2,5 %, слив. масло 72%, йодир. соль) | 180 | 23,00 | 3,89 | 6,68 | 26,41 | 181,83 |
| ПР | Пирожок с яблочной начинкой (пшенич. дрожжи, соль йодированная, яблочный джем, молоко, сахар) (мука) | 30 | 10,00 | 2,37 | 3,57 | 18,54 | 115,83 |
| 377 | Чай с лимоном (чай черный, сахар, лимон св.) (чай) | 200 | 6,00 | 0,16 | 0,03 | 10,22 | 43,04 |
| ПР | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.) | 30/20 | 4,10 | 3,75 | 0,61 | 22,42 | 110,40 |
| Итого: | | 831 | 103,00 | 19,32 | 18,68 | 98,62 | 686,63 |
| Всего: | | 1386 | 185,40 | 48,80 | 52,92 | 184,32 | 1456,88 |

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

Кустова / *Семин*

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

Меню на "15" декабря 2023г

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

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

5 день цикл. меню

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход, г | Цена, руб | Химический состав | | | |
|-------------------------------------|--|-------------|---------------|-------------------|--------------|---------------|-----------------|
| | | | | белки, г | жиры, г | углеводы, г | ЭЦ, ккал |
| Завтрак | | | | | | | |
| 50 | Салат из свеклы с сыром (свекла отварная, чеснок, сыр, масло растительное) | 60 | 13,00 | 2,84 | 5,70 | 4,37 | 80,59 |
| 291 | Плов из цыплят (мясо кур, крупа рисовая, морковь, лук репч., раст. масло, соль йодир.) | 50/150 | 47,60 | 16,85 | 22,00 | 41,19 | 430,77 |
| 376 | Чай с сахаром (чай черный, сахар) | 200 | 4,00 | 0,10 | 0,03 | 10,01 | 40,66 |
| 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 | 22,68 | 28,20 | 73,48 | 639,62 |
| Дополнительная витаминизация | | | | | | | |
| ПР | Десерт фруктовый | 100 | 18,01 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 |
| Обед | | | | | | | |
| 106 | Суп картофельный с рыбными консервами (картофель, морковь, лук репч., крупа, раст. масло, укроп зелень, консервы рыбные, йодир.) | 200/1 | 21,61 | 1,75 | 2,31 | 14,06 | 128,03 |
| 14 (2002) /331 | Голубцы с мясом и рисом (ленивые) в соусе (б/к капуста, мясо говядины, свинины, яйцо куриное, крупа рисовая, соус-томат. пюре, сметана 15%, мука пшенич., йодир. соль) | 70/30 | 34,23 | 7,40 | 5,48 | 6,97 | 107,50 |
| 312 | Картофельное пюре (картофель, молоко 2,5 %, слив. масло 72%, йодир. соль) | 150 | 19,00 | 3,28 | 5,60 | 22,06 | 152,24 |
| ПР | Пирожок с яблочной начинкой (мука пшен. дрожжи, соль йодированная, яблочный джем, молоко, сахар) | 30 | 10,00 | 2,37 | 3,57 | 18,54 | 115,83 |
| 377 | Чай с лимоном (чай черный, сахар, лимон св.) | 200 | 6,00 | 0,16 | 0,03 | 10,22 | 43,04 |
| ПР | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.) | 30/20 | 4,10 | 3,75 | 0,61 | 22,42 | 110,40 |
| | Итого: | 731 | 94,94 | 18,71 | 17,60 | 94,27 | 657,04 |
| | Всего: | 1231 | 162,74 | 41,39 | 45,80 | 167,75 | 1 296,66 |

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством [подпись]

Утверждаю

МУП "Школьное питание" г.о. Жигулевск

Директор С.А. Кустова

Согласовано

ГБОУ С (О)ОШ № 3

Директор

Меню на "15" декабря 2023г

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

5 день цикл. меню

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход, г | Цена, руб | Химический состав | | | |
|----------------|--|------------|--------------|-------------------|--------------|--------------|---------------|
| | | | | белки, г | жиры, г | углеводы, г | ЭЦ, ккал |
| | <i>Обед</i> | | | | | | |
| 106 | Суп картофельный с рыбными консервами (картофель, морковь, лук репч., крупа, раст. масло, укроп зелень, консервы рыбные, йодир. соль) | 200/1 | 21,61 | 1,75 | 2,31 | 14,06 | 128,03 |
| 14 (2002) /331 | Голубцы с мясом и рисом (ленивые) в соусе (б/к капуста, мясо говядины, свинины, яйцо куриное, крупа рисовая, соус-томат. поре, сметана 15%, мука пшенич., йодир.соль) | 70/55 | 36,49 | 7,4 | 5,48 | 6,97 | 107,5 |
| 312 | Картофельное пюре (картофель, молоко 2,5 %, слив. масло 72%, йодир. соль) | 160 | 20,00 | 3,5 | 5,98 | 23,53 | 162,4 |
| 377 | Чай с лимоном черный, сахар, лимон св.) (чай) | 200 | 6,00 | 0,16 | 0,03 | 10,22 | 43,04 |
| ПР | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.) | 20/15 | 2,30 | 2,6 | 0,42 | 15,69 | 77,1 |
| | Итого: | 721 | 86,40 | 15,41 | 14,22 | 70,47 | 518,07 |

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

Алексей Семин

Утверждаю

МУП "Школьное питание" г.о. Жигулевск

Директор С.А. Кустова



Согласовано

ГБОУ С (О) ОШ № 3

Директор [Signature]



Меню на "15" декабря 2023г

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

5 день цикл. меню

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход, г | Цена, руб | Химический состав | | | |
|-------------------------------------|--|-------------|---------------|-------------------|--------------|---------------|-----------------|
| | | | | белки, г | жиры, г | углеводы, г | ЭЦ, ккал |
| Завтрак | | | | | | | |
| 50 | Салат из свеклы с сыром (свекла отварная, чеснок, сыр, масло растительное) | 60 | 13,00 | 2,84 | 5,70 | 4,37 | 80,59 |
| 291 | Плов из цыплят (мясо кур, крупа рисовая, морковь, лук репч., раст. масло, соль йодир.) | 60/180 | 57,26 | 20,22 | 26,4 | 49,41 | 516,86 |
| 376 | Чай с сахаром (чай черный, сахар) | 200 | 4,00 | 0,10 | 0,03 | 10,01 | 40,66 |
| ПР | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.) | 30/25 | 4,60 | 4,05 | 0,66 | 24,64 | 120,9 |
| | Итого: | 555 | 78,86 | 27,21 | 32,79 | 88,43 | 759,01 |
| Дополнительная витаминизация | | | | | | | |
| ПР | Десерт фруктовый | 100 | 18,01 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 |
| Обед | | | | | | | |
| 106 | Суп картофельный с рыбными консервами (картофель, морковь, лук репч., крупа, раст. масло, укроп зелень, консервы рыбные, йодир.) | 250/1 | 23,77 | 1,75 | 2,31 | 14,06 | 128,03 |
| 14 (2002) /331 | Голубцы с мясом и рисом (ленивые) в соусе (б/к капуста, мясо говядины, свинины, яйцо куриное, крупа рисовая, соус-томат. пюре, сметана 15%, мука пшенич., йодир. соль) | 80/50 | 41,55 | 8,45 | 6,26 | 7,96 | 122,85 |
| 312 | Картофельное пюре (картофель, молоко 2,5 %, слив. масло 72%, йодир. соль) | 200 | 25,00 | 4,33 | 7,42 | 29,34 | 202,03 |
| ПР | Пирожок с яблочной начинкой (мука пшенич., дрожжи, соль йодированная, яблочный джем, молоко, сахар) | 30 | 10,00 | 2,37 | 3,57 | 18,54 | 115,83 |
| 377 | Чай с лимоном (чай черный, сахар, лимон св.) | 200 | 6,00 | 0,16 | 0,03 | 10,22 | 43,04 |
| ПР | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.) | 30/20 | 4,10 | 3,75 | 0,61 | 22,42 | 110,40 |
| | Итого: | 861 | 110,42 | 20,81 | 20,20 | 102,54 | 722,18 |
| | Всего: | 1416 | 189,28 | 48,02 | 52,99 | 190,97 | 1 481,19 |
| Дополнительная витаминизация | | | | | | | |
| ПР | Десерт фруктовый | 100 | 18,01 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 |

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством [Signature] / [Signature]