

Утверждено

МУП "Школьное питание" г.в. Жигулевск

Директор С.А. Кустова

Согласовано
ГБОУ С (О)ОШ № 3

Директор Гришова

Меню на "26" мая 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							
18	Салат зеленый с огурцом (капуста б/к,огурец свежий,масло растительное,соль йодированная)	60	13,00	0,70	3,65	4,98	55,82
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
377	Чай фруктовый (вишня) (чай)	200	5,00	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	18,27	15,59	52,64	424,68
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	34,16	35,58	116,74	925,25
	Всего:	1226	162,74	52,43	51,17	169,38	1349,93
Дополнительная витаминизация							
ПР	Сок фруктовый в индивидуальной упаковке	200	18,01	0,20	0,26	22,60	92,00

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

Алекс

Александр

/

Утверждаю

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

ГБОУ С (О)ОШ № 3

Согласовано

Директор С. Солова

Меню на "26" мая 2023г

Возрастная категория с 12 лет и старше

10 день цикла Меню

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
	Завтрак						
18	Салат зеленый с огурцом (капуста б/к,огурец свежий,масло растительное,соль йодированная)	60	13,00	0,70	3,65	4,98	55,82
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
377	Чай фруктовый (вишня) (чай черный, сахар,вишня св./мор.)	200	5,00	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	120,90
	Итого:	525	82,40	24,13	17,64	82,40	585,55
	Обед						
113/114	Суп-лапша домашняя на бульоне из мяса цыплят, зеленью (лапша домашняя, мука пшениц., 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	33,68	36,10	115,97	925,05
	Всего:	1281	176,10	57,81	53,74	198,37	1510,60

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством А. Солова / С. Солова /

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

Согласовано
 ГБОУ С (О)ОШ № 3
 Директор *С.И. Сидорова*

Меню на "26" мая 2023г
 ОБЗ. Возрастная категория с 7 до 11 лет. Возрастная категория с 12 лет и старше

10 день вкл. меню

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
Завтрак							
18	Салат зеленый с огурцом (капуста б/к,огурец свежий,масло растительное,соль йодированная)	60	13,00	0,70	3,65	4,98	55,82
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
377	Чай фруктовый (вишня) (чай)	200	5,00	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	18,27	15,59	52,64	424,68
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	30/20	4,10	3,75	0,61	22,42	110,40
	Итого:	726	94,94	34,16	35,58	116,74	925,25
	Всего:	1226	162,74	52,43	51,17	169,38	1349,93
Дополнительная витаминизация							
ПР	Сок фруктовый в индивидуальной упаковке	200	18,01	0,20	0,26	22,60	92,00

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством *Сидорова* *Сидорова* /

Утверждаю

Согласовано

МУП "Школьное питание" г.о. Жигулевск

ГБОУ С (О)ОШ № 2

Директор С.А. Кустова

Меню на "26" мая 2023г

Директор Орлова

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. пюре, 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

Григорьев / Лещина /

Утверждаю

МУП "Школьное питание" г. Жигулевск

Директор С.А. Жустова

Меню на "26" мая 2023г

Согласовано
ГБОУ С (О)ОШ № 3Директор С.А. Жустова

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							
18	Салат зеленый с огурцом (капуста б/к, огурец свежий, масло растительное, соль йодированная)	60	13,00	0,70	3,65	4,98	55,82
265	Плов из свинины (свинина мякоть, крупа рисовая, лук репч. морковь, томат., раст. масло, йодир. соль)	50/140	56,26	19,28	13,3	42,77	368,17
377	Чай фруктовый (вишня) (чай черный, сахар, вишня св./мор.)	200	5,00	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	120,90
	Итого:	515	78,86	24,13	17,64	82,40	585,55
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	53,09	46,95	205,12	1450,79
Дополнительная витаминизация							
ПР	Сок фруктовый в индивидуальной упаковке	200	18,01	0,20	0,26	22,60	92,00

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

С.А. Жустова