

Утверждено

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

10 день циклического меню

Меню на "01" марта 2024г
Возрастная категория с 12 лет и старше

Согласовано:

ГБОУ С (О)УОШ № 3

Директор О.И. Шубова

рецептура	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			ЭЦ, ккал
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	
21	Завтрак Салат из соленого огурца с луком репчатым и зел горошек. (огурец консервир., масло растит., лук репч., горошек консервир)	30	5,00	0,25	1,53	0,78	18,49
256	Мясо тушеное (свинина) (мякоть свинина, лук репч., морковь, томат, поре, раст. масло, йодир, соль)	45/40	48,00	13,78	8,28	1,85	137,02
312	Картофельное пюре (картофель, молоко 2,5%, слив. масло 72%, йодир, соль)	200	29,00	4,33	7,42	29,34	202,03
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:	570	90,60	22,51	17,92	66,62	519,10
	Обед						
392	Суп картофельный с пельменями (картофель, морковь, лук репч., крупа, раст. масло, укроп зелень, пельмени)	250/1	40,82	7,23	5,12	22,3	180,75
295/331	Котлеты рубленые из цыплят с соусом сметаным с томатом (мясо кур., пшен. хлеб, молоко 2,5%, пшен. сахар, раст. масло, йодир, сол. сметана 15%, томат. поре, мука пшеничная)	60/50	37,38	11,08	13,24	12,37	213,54
309	Макаронные изделия отварные (макароны из пшен. муки, слив. масло 72%, йодир, соль)	160	12,00	6,19	5,35	39,52	231,17
ПР	Пирожок с яблочной начинкой (мука пшен., дрожжи, соль йодированная, яблочный джем, молоко, сахар)	30	12,00	2,37	3,57	18,54	115,83
377	Чай с лимоном (чай черный, сахар, лимон св.)	200	7,00	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:	801	113,30	30,78	27,92	125,37	894,73
	Всего:	1371	203,90	53,29	45,84	191,99	1413,83

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

О.И. Шубова

1. Шубова

Утверждаю

МУП "Школьное питание" г.о. Жигулевск

Директор С.А. Кустова

Согласовано

ГБОУ С (О)УШ № 3

Директор О.И. Чубова

Меню на "01" марта 2024г

10 день цикл, меню
ОВЗ. Возрастная категория с 7 до 11 лет. Возрастная категория с 12 лет и старше

№ рецептур	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 и зел	60	10,00	0,51	3,06	1,56	36,98
312	Горошек. (огурец консервир., масло растит., лук репч., горошек консервир)	150	22,00	3,28	5,60	22,06	152,24
256	Картофельное пюре (картофель, молоко 2,5%, слив. масло 72%, йодир, соль)	40/50	35,38	12,41	8,82	2,55	139,22
376	Мясо тушеное (свинина) (мякоть свинина, лук репч., морковь, томат. пюре, раст. масло, йодир, соль)	200	4,00	0,10	0,03	10,01	40,66
ПР	Чай с сахаром (чай черный, сахар)	20/20	3,20	2,89	0,47	17,91	87,60
	Итого:	540	74,58	19,19	17,98	54,09	456,70
Обед							
392	Суп картофельный с пельменями (картофель, морковь, лук репч., крупа, раст. масло, укроп зелень, пельмени)	200/1	34,95	5,78	4,10	17,64	144,60
295/331	Котлеты рубленые из цыплят с соусом сметаным с томатом (мясо кур., пшен. хлеб, молоко 2,5%, пшен. сушари, раст. масло, йодир, сол, сметана 15%, томат. пюре, мука пшеничная)	60/30	35,38	10,75	12,47	10,96	199,61
309	Макаронные изделия отварные (макаронны из пшен. муки, слив. масло 72%, йодир, соль)	150	11,00	5,80	5,01	37,05	216,72
ПР	Пирожок с яблочной начинкой (мука, пшен., дрожжи, соль йодированная, яблочный джем, молоко, сахар)	30	12,00	2,37	3,57	18,54	115,83
377	Чай с лимоном (чай, сахар, лимон св.)	200	7,00	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:	721	104,43	28,61	25,79	116,83	830,20
	Всего:	1261	179,01	47,80	43,77	170,92	1 286,90

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

Андрей

Татьяна

Утверждаю

МУП "Школьное питание" г.о. Жигулевск

Директор С.А. Кустова

10 день цикл. меню

Меню на "01" марта 2024г

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



Согласовано

ГБОУ С(О)ОШ № 3

Директор

Орлова

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			ЭЦ, ккал
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	
Завтрак							
21	Салат из соленого огурца с луком репчатым и зел горошек. (огурец консервир., масло растит., лук репч., горошек консервир)	30	5,00	0,25	1,53	0,78	18,49
256	Мясо тушеное (свинина) (мякоть, свинина, лук репч., морковь, томат, пюре, раст. масло, йодир. соль)	45/30	45,15	13,70	7,28	1,39	125,74
312	Картофельное пюре (картофель, молоко 2,5%, слив. масло 72%, йодир. соль)	190	28,00	4,33	7,42	29,34	202,03
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:	550	86,75	22,43	16,92	66,16	507,82
Обед							
392	Суп картофельный с пельменями (картофель, морковь, лук репч., крупа, раст. масло, укроп, зелень, пельмени)	250/1	40,82	7,23	5,12	22,3	180,75
295/331	Котлеты рубленые из цыплят с соусом сметаным с томатом (мясо кур., пшен. хлеб, молоко 2,5%, пшен. сухари, раст. масло, йодир. соль, сметана 15%, томат. пюре, мука пшеничная)	70/50	45,54	12,79	15,13	13,85	243,33
309	Макаронные изделия отварные (макаронны из пшен. муки, слив. масло 72%, йодир. соль)	160	12,00	6,19	5,35	39,52	231,17
ПР	Пирожок с яблочной начинкой (мука пшен., дрожжи, соль йодированная, яблочный джем, молоко, сахар)	30	12,00	2,37	3,57	18,54	115,83
377	Чай с лимоном (чай черный, сахар, лимон св.)	200	7,00	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:	811	121,46	32,49	29,81	126,85	924,52
	Всего:	1361	208,21	54,92	46,73	193,01	1 432,34
Полдник							
ПР	Выпечка Кныш	100	29,86	7,00	14,00	29,00	181,30
377	Чай фруктовый (с/м смородина) (чай черный, сахар, смородина св./мор.)	200	6,00	0,16	0,05	10,45	43,30
ПР	Кондитерское изделие	50	18,27	6,50	4,00	33,50	210,00

Заведующий производством

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

Согласовано
3

ГБОУ С(О)УШ № 3

Меню на "01" марта 2024г

Директор *Орешко*

Возрастная категория с 7 до 11 лет (детям мобилизованных лиц)

10 день циклического меню

№ рецептур	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав				ЭЦ, ккал
				белки, г	жиры, г	углеводы, г		
Завтрак								
* 21	Салат из соленого огурца с луком репчатым и зел гороршк. (огурец консервир., масло растит., лук репч., гороршек консервир)	60	10,00	0,51	3,06	1,56		36,98
256	Мясо тушеное (свинина) (мякоть свинина, лук репч., морковь, томат. пюре, раст. масло, йодир. соль)	40/50	35,38	12,41	8,82	2,55		139,22
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	0,10	0,03	10,01		40,66
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный	20/20	3,20	2,89	0,47	17,91		87,60
	Итого:	540	74,58	19,19	17,98	54,09		456,70
Обед								
392	Суп картофельный с сельменями (картофель, морковь, лук репч., крупа, раст. масло, укроп зелень, сельмен)	200/1	34,95	5,78	4,10	17,64		144,60
295/331	Котлеты рубленые из цыплят с соусом сметанным с томатом (мясо кур., пшен. хлеб, молоко 2,5 %, пшен. сухари, раст. масло, йодир. сод. сметана 15%, томат. пюре, мука пшеничная)	60/30	35,38	10,75	12,47	10,96		199,61
309	Макаронные изделия отварные (макаронны из пшен. муки, слив. масло 72%, йодир. соль)	150	11,00	5,80	5,01	37,05		216,72
ПР	Пирожок с яблочной начинкой (мука пшен., дрожжи, соль йодированная, яблочный джем, молоко, сахар)	30	12,00	2,37	3,57	18,54		115,83
377	Чай с лимоном (чай черный, сахар, лимон св.)	200	7,00	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:	721	104,43	28,61	25,79	116,83		830,20
	Всего:	1261	179,01	47,80	43,77	170,92		1 286,90
Полдник								
ПР	Выпечка Кныш	100	29,86	7,00	14,00	29,00		181,30
377	Чай фруктовый (с/м смородина)	200	6,00	0,16	0,05	10,45		43,30
		300	35,86	7,16	14,05	39,45		224,60

Продукты не содержат ГМО

Орешко *Орешко*