

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

3 день цикл. меню

Меню на "04" декабря 2024г
 Возрастная категория с 7 до 11 лет

Согласовано
 ГБОУ С (О)ОШ № 3
 Директор

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			ЭЦ, ккал
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	
	Завтрак						
200	Пюре из гороха и картофеля	180	19,94	12,50	9,25	32,72	264,57
251	Грудка куриная (филе) тушеная с томатом и луком (мясо цыплят, томат-паста, лук репч. соль йод. масло раст)	40/50	47,44	5,56	23,11	7,99	247,62
376	Чай с сахаром (чай черный, сахар)	200	4,00	0,10	0,03	10,01	40,66
ПП	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	20/20	3,20	2,89	0,47	17,91	87,60
	Итого:	510	74,58	21,05	32,86	68,63	640,45
	Дополнительная витаминизация						
ПП	Сыр плавленый ломтевой сливочный (Хохланд)	17,50	19,81	1,75	4,73	0,86	50,75
	Обед						
184/190	Борщ "Украинский" с пампушками со сметаной (б/к капуста, картофель, морковь, свекла, лук репч., мясо птицы, томат. пюре, сметана 15 %, зелень, йодир. соль, сахар, к-та лимон., мука пшенич., чеснок, яйцо куриц.)	200/20/15/10/1	29,95	9,23	13,02	26,53	229,86
279/540	Тефтели из пылят с соусом красным основным (мясо цыплят, крупа рисовая, яйцо кур., лук репчатый, морковь, соль, томатное пюре, мало растительное, мука)	60/30	48,38	8,39	14,74	9,53	204,69
302	Каша гречневая рассыпчатая (гречка)	150	15,00	9,02	6,69	40,81	259,18
377	Чай с лимоном (чай черный, сахар, лимон св.)	200	7,00	0,16	0,03	10,22	43,04
ПП	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/20	4,10	3,75	0,61	22,42	110,40
	Итого:	736	104,43	30,55	35,09	109,51	847,17
	Всего:	1246	179,01	51,60	67,95	178,14	1487,62

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

С.А.Кустова



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



Согласовано
 ГБОУ С (ОО) Ш № 3
 Директор

Меню на "04" декабря 2024г
 Возрастная категория с 12 лет и старше

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			ЭЦ, ккал
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	
	Завтрак						
200	Пюре из гороха и картофеля	190	22,79	13,19	9,76	34,54	279,27
251	Грудка куриная (филе) тушеная с томатом и луком (мясо цыплят, томат-паста, лук репч., соль йод. масло раст)	70/50	59,21	5,58	23,41	8,04	250,62
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:	565	90,60	22,92	33,86	77,23	691,45
	Обед						
184/190	Борщ "Украинский" с пампушками со сметаной (б/к капуста, картоф., морковь, свекла, лук репч., мясо птицы, томат пюре, сметана 15 %, зелень, йодир., соль, сахар, к-та лимон., мука пшенич., чеснок, яйцо куриц.)	250/20/15/10/1	32,45	10,04	14,8	30,39	256,96
279/540	Тфтели из цыплят с соусом красным основным (мясо цыплят, крупа рисовая, яйцо кур., лук репчатый, морковь, соль, томатное пюре, мало растительное, мука)	60/50	52,75	8,54	13,27	11,25	199,11
302	Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, соль йодированная, масло сливочное)	170	17,00	10,23	7,58	46,25	293,74
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:	826	113,30	32,72	36,29	120,53	903,25
	Всего:	1391	203,90	55,64	70,15	197,76	1594,70

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством *С.А. Кустова*

Утверждаю

ООО «Школьное питание г.о. Жигулевск»

Директор

С.А.Кустова

3 день цикл. меню

Меню на "04" декабря 2024г

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

ГБОУ С (О)ОШ № 3

Директор

Согласовано

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			ЭЦ, ккал
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	
	Завтрак						
200	Пюре из гороха и картофеля	180	19,94	12,50	9,25	32,72	264,57
251	Грудка куриная (филе) тушеная с томатом и луком (мясо цыплят, томат-паста, лук репч., соль йод, масло раст.)	40/50	47,44	5,56	23,11	7,99	247,62
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:	510	74,58	21,05	32,86	68,63	640,45
	Дополнительная витаминизация						
ПР	Сыр плавленый ломтевой сливочный (Хохланд)	17,50	19,81	1,75	4,73	0,86	50,75
	Обед						
184/190	Борщ "Украинский" с пампушками со сметаной (б/к капуста, картофель, морковь, свекла, лук репч., мясо птицы, томат, лорре, сметана 15 %, зелень, йодир, соль, сахар, к-та лимон., мука пшенич., чеснок, яйцо куриц.)	200/20/15/10/1	29,95	9,23	13,02	26,53	229,86
279/540	Тфтели из цыплят с соусом красным основным (мясо цыплят, крупа рисовая, яйцо кур., лук репчатый, морковь, соль, томатное пюре, мало растительное, мука)	60/30	48,38	8,39	14,74	9,53	204,69
302	Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, соль йодированная, масло сливочное)	150	15,00	9,02	6,69	40,81	259,18
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:	736	104,43	30,55	35,09	109,51	847,17
	Всего:	1246	179,01	51,60	67,95	178,14	1487,62

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

Сид

Демидова С.Р.



Согласовано

ГБОУ С (О)ОШ № 3

Директор

Утверждаю

ООО "Школьное питание г.о.Жигулевск"

Директор С.А.Кустова

Меню на "04" декабря 2024г

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

3 день цикл. меню

вторая смена

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			ЭЦ, ккал
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	
	Дополнительная витаминизация						
ПР	Сыр плавленый ломтевой сливочный(Хохланд)	17,50	19,81	1,75	4,73	0,86	50,75
	Обед						
184/190	Борщ "Украинский" с пампушками со сметаной (б/к капуста, картоф., морковь, свекла, лук репч., мясо птицы, томат.поре, сметана 15 %, зелень, йодир. соль, сахар, к-та лимон., мука пшенич., чеснок, яйцо куриц.)	250/20/15/10/1	32,45	10,04	14,8	30,39	256,96
279/540	Тефтели из цыплят с соусом красным основным(мясо цыплят, крупа рисовая, яйцо кур.,лук репчатый,морковь,соль,томатное пюре,мало растительное, мука)	70/50	60,91	9,89	15,31	12,58	228,18
302	Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая,соль йодированная,масло сливочное)	170	17,00	10,23	7,58	46,25	293,74
377	Чай с лимоном (чай черный,сахар,лимон сл.)	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:	836	121,46	34,07	38,33	121,86	932,32
	Всего:	836	121,46	34,07	38,33	121,86	932,32
	Полдник						
ПР	Плюшка "Московская"	50	14,00	4,35	3,17	28,89	161,79
377	Чай с лимоном	200	7,00	0,16	0,03	10,22	43,04
ПР	Десерт фруктовый(яблоко)	110	14,86	0,40	0,40	9,80	47,00
ПР	Сырок «Дружба»	19	18,27	6,50	4,00	33,50	210,00

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством *Ирина*



Утверждено
 ООО «Школьное питание г.о. Жигулевск»
 Директор С.А. Кустова



Согласовано
 ГБОУ С (ОО) СП № 3
 Директор

Меню на "04" декабря 2024г

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

3 день цикл. Меню
 вторая смена

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			ЭЦ, ккал
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	
ПР	Сыр плавленый ломтевой сливочный(Хохланд) <i>Дополнительная витаминизация</i>	17,50	19,81	1,75	4,73	0,86	50,75
	Обед						
184/190	Борщ "Украинский" с пампушками со сметаной (б/к капуста, картоф., морковь, свекла, лук репч., мясо птицы, томат.пюре, сметана 15 %, зелень, йодир. соль, сахар, к-та лимон., мука пшенич., чеснок, яйцо курин.)	200/20/15/10/1	29,95	9,23	13,02	26,53	229,86
279/540	Тефтели из цыплят с соусом красным основным (мясо цыплят, крупа рисовая, яйцо кур., лук репчатый, морковь, соль, томатное пюре, мало растительное, мука)	60/30	48,38	8,39	14,74	9,53	204,69
302	Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, соль йодированная, масло сливочное)	150	15,00	9,02	6,69	40,81	259,18
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:	736	104,43	30,55	35,09	109,51	847,17
	Всего:	1211	179,01	30,55	35,09	109,51	847,17
	Полдник						
ПР	Плюшка "Московская"	50	14,00	4,35	3,17	28,89	161,79
377	Чай с лимоном	200	7,00	0,16	0,03	10,22	43,04
ПР	Десерт фруктовый(яблоко)	110	14,86	0,40	0,40	9,80	47,00
	Продукты не содержат ГМО	360	35,86	4,91	3,60	48,91	251,83

Заведующий производством *Дзр* / *Демисова*



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

ГБОУ С (О)ОШ № 3
 Директор Р.З.

Меню на "04" декабря 2024г
 Возрастная категория с 12 лет и старше (детям из многодетных семей)

3 день цикла меню

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
200	Пюре из гороха и картофеля	170	18,94	11,80	8,74	30,90	249,88
251	Грудка куриная (филе) тушеная с томатом и луком (мясо цыплят, томат-паста, лук репчатый, соль йод. масло раст)	70/50	59,21	5,58	23,41	8,04	250,62
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:	545	86,75	21,53	32,84	73,59	662,06
	<i>Дополнительная витаминизация</i>						
ПР	Сыр плавленый ломтевой сливочный (Хохланд)	17,50	19,81	1,75	4,73	0,86	50,75
	Обед						
184/190	Борщ "Украинский" с пампушками со сметаной (б/к капуста, картофель, морковь, свекла, лук репч., мясо птицы, томат.пюре, сметана 15 %, зелень, йодир. соль, сахар, к-та лимон., мука пшенич., чеснок, яйцо курин.)	250/20/15/10/1	32,45	10,04	14,8	30,39	256,96
279/540	Тфтели из цыплят с соусом красным основным (мясо цыплят, крупа рисовая, яйцо кур., лук репчатый, морковь, соль, томатное пюре, мало растительное, мука)	70/50	60,91	9,89	15,31	12,58	228,18
302	Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, соль йодированная, масло сливочное)	170	17,00	10,23	7,58	46,25	293,74
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:	836	121,46	34,07	38,33	121,86	932,32
	Всего:	1381	208,21	55,60	71,17	195,45	1 594,38

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством Р.З. / С.А. Кустова