

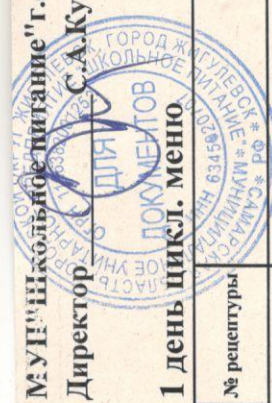
Согласовано  
 ГБОУ С (О)УН № 3  
 Директор *С.А. Кустова*

Меню на "15" января 2024г  
 Возрастная категория с 7 до 11 лет

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

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав				ЭЦ, ккал
				белки, г	жиры, г	углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
45	Салат из б/к капусты с кукурузой (капуста б/к, кукуруза консервированная, морковь, масло растительное, соль йодированная)	60	12,00	1,16	2,73	5,72		49,39
ПР/331	Тфетели из индейки с соусом сметанным с томатом (мясо индейки, крупа рисовая, яйцо кур., соус-томат, поре, сметана 15%, мука пшенич., йодир. соль)	65/30	42,38	8,88	4,65	10,49		119,59
309	Макаронные изделия отварные (макаронны из пшен. муки, слив. масло 72%, йодир. соль)	150	11,00	5,80	5,01	37,05		216,72
377	Чай фруктовый с черноплодной рябиной (сахар, рябина черноплодная с/м)	200	6,00	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
	<b>Итого:</b>	<b>545</b>	<b>74,58</b>	<b>18,83</b>	<b>12,89</b>	<b>81,18</b>		<b>513,96</b>
<b>Обед</b>								
93	Щи по-уральски на бульоне из мяса цыплят, со сметаной и зеленью (б/к капуста, карт., томат. поре, морк., лук репч., крупа пшено, мясо кур., сметана 15%, масло растит., зелень, йодир. соль)	200/15/10/1	20,89	6,28	9,30	15,90		150,66
293/330	Цыплята порциями с соусом сметанным (цыплята порц., сметана 15%, мука пшенич., йодир. соль)	60/30	47,44	16,40	18,64	1,95		241,67
305/136	Рис с овощами (крупа рисовая, морковь, лук репч., раст. масло, слив. масло, йодир. соль)	150	18,00	3,55	11,68	33,82		255,18
389	Сок фруктовый (в ассортименте)	200	14,00	0,20	0,26	22,60		92,00
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/20	4,10	3,75	0,61	22,42		110,40
	<b>Итого:</b>	<b>716</b>	<b>104,43</b>	<b>30,18</b>	<b>40,49</b>	<b>96,69</b>		<b>849,91</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1261</b>	<b>179,01</b>	<b>49,01</b>	<b>53,38</b>	<b>177,87</b>		<b>1363,87</b>

Заведующий производством *С.А. Кустова* /  
 Утверждаю  
 Продукты не содержат ГМО  
 Согласовано



№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав		
				белки, г	жиры, г	углеводы, г
<b>Завтрак</b>						
45	Салат из б/к капусты с кукурузой (капуста б/к, кукуруза консервированная, морковь, масло растительное, соль йодированная)	50	10,00	0,96	2,28	4,77
ПР/331	Тефтели из индейки с соусом сметанным с томатом (мясо индейки, крупа рисовая, яйцо кур., соус- томат. поре, сметана 15%, мука пшенич., йодир. соль)	65/30	42,38	8,88	4,65	10,49
204	Макаронные изделия с сыром (макароны из пшен. муки, слив. масло 72%, йодир. соль, сыр)	150/15	27,62	9,28	9,48	37,05
377	Чай фруктовый с черноплodной рябиной (сахар, рябина черноплodная с/м)	200	6,00	0,10	0,03	10,01
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/25	4,60	4,05	0,66	24,64
<b>Итого:</b>						
<b>Обед</b>						
93	Щи по-уральски на бульоне из мяса цыплят, со сметаной и зеленью (б/к капуста, карт., томат. поре, морк., лук репч., крупа пшено, мясо кур., сметана 15%, масло растит., зелень, йодир. соль)	250/15/10/1	24,15	7,85	11,62	19,87
293/330	Цыплята порциями с соусом сметанным (цыплята порц., сметана 15%, мука пшенич., йодир. соль)	80/30	53,05	21,71	24,47	1,92
305/136	Рис с овощами (крупа рисовая, морковь, лук репч., раст. масло, слив. масло, йодир. соль)	150	18,00	3,55	11,68	33,82
389	Сок фруктовый (в ассортименте)	200	14,00	0,20	0,26	22,60
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/20	4,10	3,75	0,61	22,42
<b>Итого:</b>						
<b>Всего:</b>						
		786	113,30	37,06	48,64	100,63
		1361	203,90	60,33	65,74	187,59
						594,00
						188,32
						315,33
						255,18
						92,00
						110,4
						961,23
						1555,23

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

*Алексей* / *Теменин*

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			ЭЦ, ккал
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	
	<b>Завтрак</b>						
45	Салат из б/к капусты с кукурузой (капуста б/к, кукуруза консервированная, морковь, масло растительное, соль йодированная)	60	12,00	1,16	2,73	5,72	49,39
ПР/331	Тфтели из индейки с соусом сметанным с томатом (мясо индейки, крупа рисовая, яйцо кур., соус-томат, поре, сметана 15%, мука пшенич., йодир. соль)	65/30	42,38	8,88	4,65	10,49	119,59
309	Макаронные изделия отварные (макароны из пшен. муки, слив. масло 72%, йодир. соль)	150	11,00	5,80	5,01	37,05	216,72
377	Чай фруктовый с черноплодной рябиной	200	6,00	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
	<b>Итого:</b>	<b>545</b>	<b>74,58</b>	<b>18,83</b>	<b>12,89</b>	<b>81,18</b>	<b>513,96</b>
	<b>Обед</b>						
93	Щи по-уральски на бульоне из мяса цыплят, со сметаной и зеленью (б/к капуста, карт., томат поре, морк., лук репч., крупа пшено, мясо кур., сметана 15%, масло растит., зелень, йодир. соль)	200/15/10/1	20,89	6,28	9,30	15,90	150,66
293/330	Цыплята порциями с соусом сметанным (цыплята порц., сметана 15%, мука пшенич., йодир. соль)	60/30	47,44	16,40	18,64	1,95	241,67
305/136	Рис с овощами (крупа рисовая, морковь, лук репч., раст. масло, слив. масло, йодир. соль)	150	18,00	3,55	11,68	33,82	255,18
389	Сок фруктовый (в ассортименте)	200	14,00	0,20	0,26	22,60	92,00
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/20	4,10	3,75	0,61	22,42	110,40
	<b>Итого:</b>	<b>716</b>	<b>104,43</b>	<b>30,18</b>	<b>40,49</b>	<b>96,69</b>	<b>849,91</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1261</b>	<b>179,01</b>	<b>49,01</b>	<b>53,38</b>	<b>177,87</b>	<b>1363,87</b>

*С.А. Кустова*

Заведующий производством

Продукты не содержат ГМО

Утверждаю

Согласовано

Согласовано:

ГБОУ С (О)УШ № 3

Директор

Меню на "15" января 2024г

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

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

1 день цикл. меню

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
<b>Завтрак</b>							
45	Салат из б/к капусты с кукурузой (капуста б/к, кукуруза консервированная, морковь, масло растительное, соль йодированная)	50	10,00	0,96	2,28	4,77	41,16
ПР/331	Тефтели из индейки с соусом сметанным с томатом (мясо индейки, крупа рисовая, яйцо кур., соус- томат. поре, сметана 15%, мука пшенич., йодир. соль)	65/20	40,53	8,68	4,27	9,64	111,81
204	Макаронные изделия с сыром (макароны из пшени. муки, слив. масло 72%, йодир. соль, сыр)	150/10	25,62	8,12	8,01	37,05	253,49
377	Чай фруктовый с черноплодной рябиной (сахар, рябина черноплодная с/м)	200	6,00	0,10	0,03	10,01	40,66
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный	30/25	4,60	4,05	0,66	24,64	120,9
	<b>Итого:</b>	<b>550</b>	<b>86,75</b>	<b>21,91</b>	<b>15,25</b>	<b>86,11</b>	<b>568,02</b>
<b>Обед</b>							
93	Щи по-уральски на бульоне из мяса цыплят, со сметаной и зеленью (б/к капуста, карт., томат. поре, морк., лук репч., крупа	250/15/10/1	24,15	7,85	11,62	19,87	188,32
293/330	Цыплята порциями с соусом сметанным (цыплята порц., сметана 15%, мука пшенич., йодир. соль)	90/50	61,21	24,67	28,16	3,22	365,67
305/136	Рис с овощами (крупа рисовая, морковь, лук репч., раст. масло, слив. масло, йодир. соль)	150	18,00	3,55	11,68	33,82	255,18
389	Сок фруктовый (в ассортименте)	200	14,00	0,2	0,26	22,6	92
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный	30/20	4,10	3,75	0,61	22,42	110,4
	<b>Итого:</b>	<b>816</b>	<b>121,46</b>	<b>40,02</b>	<b>52,33</b>	<b>101,93</b>	<b>1011,57</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1366</b>	<b>208,21</b>	<b>61,93</b>	<b>67,58</b>	<b>188,04</b>	<b>1 579,59</b>
<b>Полдник</b>							
ПР	Слойка с яблочной начинкой	100	29,86	7,00	3,90	43,50	240,00
377	Чай фруктовый с черноплодной рябиной	200	6,00	0,10	0,03	10,01	40,66
ПР	Кондитерское изделие	50	18,27	6,50	4,00	33,50	210,00

Заведующий производством

Продукты не содержат ГМО