



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

**5 день цикл. меню**

Меню на "19" января 2024г  
 Возрастная категория с 7 до 11 лет



ГБОУ С (О)ОШ № 3  
 Директор

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			ЭЦ, ккал
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	
<b>Завтрак</b>							
50	Салат из свеклы с сыром (свекла)	60	14,00	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	53,38	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	20/20	3,20	2,89	0,47	17,91	87,60
	<b>Итого:</b>	<b>500</b>	<b>74,58</b>	<b>22,68</b>	<b>28,20</b>	<b>73,48</b>	<b>639,62</b>
<b>Обед</b>							
106	Суп картофельный с рыбными консервами (картофель, морковь, лук репч., крупа, раст. масло, укроп зелень, консервы рыбные, йодир.)	200/1	23,75	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, шпоре, сметана 15%, мука пшенич., йодир.соль)	70/30	35,58	7,40	5,48	6,97	155,90
312	Картофельное пюре (картофель, молоко 2,5%, слив. масло 72%, йодир. соль)	150	22,00	3,28	5,60	22,06	152,24
ПР	Пирожок с яблочной начинкой (мука)	30	12,00	2,37	3,57	18,54	115,83
377	Чай с лимоном (чай)	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
	<b>Итого:</b>	<b>731</b>	<b>104,43</b>	<b>18,71</b>	<b>17,60</b>	<b>94,27</b>	<b>705,44</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1231</b>	<b>179,01</b>	<b>41,39</b>	<b>45,80</b>	<b>167,75</b>	<b>1 345,06</b>

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством Джар / Джина

Утверждаю

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

ГБОУ С (О)ОШ № 3  
Директор

Меню на "19" января 2024г  
Возрастная категория с 12 лет и старше

5 день цикл. Меню

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			ЭЦ, ккал
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	
<b>Завтрак</b>							
50	Салат из свеклы с сыром (свекла, отварная, чеснок, сыр, масло растительное)	60	14,00	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	68,00	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
	<b>Итого:</b>	<b>555</b>	<b>90,60</b>	<b>29,48</b>	<b>34,24</b>	<b>85,70</b>	<b>770,25</b>
<b>Обед</b>							
106	Суп картофельный с рыбными консервами (картофель, морковь, лук репч., крупа, раст. масло, укроп зеленый, консервы рыбные, йодир. соль)	250/1	25,85	1,75	2,31	14,06	128,03
14 (2002) / 331	Голубцы с мясом и рисом (ленивые) в соусе (б/к капуста, мясо говядины, свиnnины, яйцо куриное, крупа рисовая, соус-томат, поре, сметана 15%, мука пшенич., йодир. соль)	70/50	38,35	7,4	5,48	6,97	107,5
312	Картофельное пюре (картофель, молоко 2,5 % слив. масло 72%, йодир. соль)	180	26,00	3,89	6,68	26,41	181,83
ПР	Пирожок с яблочной начинкой (пшенич. 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
	<b>Итого:</b>	<b>831</b>	<b>113,30</b>	<b>19,32</b>	<b>18,68</b>	<b>98,62</b>	<b>686,63</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1386</b>	<b>203,90</b>	<b>48,80</b>	<b>52,92</b>	<b>184,32</b>	<b>1456,88</b>

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

*С.А. Кустова*

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

Согласовано  
ГБОУ С (ОУ)Ш № 3  
Директор

Меню на "19" января 2024г  
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			ЭЦ, ккал
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	
	<b>Завтрак</b>						
50	Салат из свеклы с сыром (отварная, чеснок, сыр, масло растительное) (свекла)	60	14,00	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	53,38	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
	<b>Итого:</b>	<b>500</b>	<b>74,58</b>	<b>22,68</b>	<b>28,20</b>	<b>73,48</b>	<b>639,62</b>
	<b>Обед</b>						
106	Суп картофельный с рыбными консервами (картофель, морковь, лук репч., крупа, раст. масло, укроп зелень, консервы рыбные, йодир.)	200/1	23,75	1,75	2,31	14,06	128,03
14 (2002) 631	Голубцы с мясом и рисом (ленивые) в соусе (б/к капуста, мясо говядины, свиинны, яйцо куриное, крупа рисовая, соус-томат, поре, сметана 15%, мука пшенич., йодир. соль)	70/30	35,58	7,40	5,48	6,97	107,50
312	Картофельное пюре (картофель, молоко 2,5%, слив. масло 72%, йодир. соль)	150	22,00	3,28	5,60	22,06	152,24
ПР	Пирожок с яблочной начинкой (пшенич., 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
	<b>Итого:</b>	<b>731</b>	<b>104,43</b>	<b>18,71</b>	<b>17,60</b>	<b>94,27</b>	<b>657,04</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1231</b>	<b>179,01</b>	<b>41,39</b>	<b>45,80</b>	<b>167,75</b>	<b>1 296,66</b>

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

*Смирнов*

Утверждено

МУП "Школьное питание" г.о. Жигулевск

Директор С.А. Кустова



Меню на "19" января 2024г

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

5 день цикл. меню

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав *			ЭЦ, ккал
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	
<b>Завтрак</b>							
50	Салат из свеклы с сыром (свекла)	60	14,00	2,84	5,70	4,37	80,59
291	Плов из пшеницы (мясо кур, крупа рисовая, морковь, лук репч., раст. масло, соль йодир.)	60/180	64,15	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
	<b>Итого:</b>	<b>555</b>	<b>86,75</b>	<b>27,21</b>	<b>32,79</b>	<b>88,43</b>	<b>759,01</b>
<b>Обед</b>							
106	Суп картофельный с рыбными консервами (картофель, морковь, лук репч., крупа, раст. масло, укроп зеленый, консервы рыбные, йодир.)	250/1	25,85	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	43,51	8,45	6,26	7,96	122,85
312	Картофельное пюре (картофель, молоко 2,5%, слив. масло 72%, йодир. соль)	200	29,00	4,33	7,42	29,34	202,03
ПР	Пирожок с яблочной начинкой (мука, пшени., 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
	<b>Итого:</b>	<b>861</b>	<b>121,46</b>	<b>20,81</b>	<b>20,20</b>	<b>102,54</b>	<b>722,18</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1416</b>	<b>208,21</b>	<b>48,02</b>	<b>52,99</b>	<b>190,97</b>	<b>1 481,19</b>
<b>Полдник</b>							
ПР	Курник с мясом цыплят	100	31,86	7,00	14,00	29,00	181,30
376	Чай с сахаром	200	4,00	0,10	0,03	10,01	40,66
ПР	Кондитерское изделие	50	18,27	6,50	4,00	33,50	210,00

Продукты не содержит ГМО

Заведующий производством *С.А. Кустова*