

5 день цикл. меню

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
<b>Завтрак</b>							
50	Салат из свеклы с сыром (свекла, отварная, чеснок, сыр, масло растительное)	60	13,00	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	47,60	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>67,80</b>	<b>22,68</b>	<b>28,20</b>	<b>73,48</b>	<b>639,62</b>
<b>Дополнительная витаминизация</b>							
ПР	Сок фруктовый в индивидуальной упаковке	200	18,01	0,20	0,26	22,60	92,00
<b>Обед</b>							
106	Суп картофельный с рыбными консервами (картофель, морковь, лук репч., крупа, раст. масло, укроп зелень, консервы рыбные, йодир.)	200/1	21,61	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)	70/30	32,23	7,40	5,48	6,97	107,50
312	Картофельное пюре (картофель, молоко 2,5 %, слив. масло 72%, йодир. соль)	150	19,00	3,28	5,60	22,06	152,24
ПР	Пирожок с яблочной начинкой (мука, пшен. дрожжи, соль йодированная, яблочный джем, молоко, сахар)	30	10,00	2,37	3,57	18,54	115,83
646	Напиток лимонный (лимон свежий, сахар)	200	8,00	0,14	0,02	10,46	45,34
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный	30/20	4,10	3,75	0,61	22,42	110,40
	<b>Итого:</b>	<b>731</b>	<b>94,94</b>	<b>18,69</b>	<b>17,59</b>	<b>94,51</b>	<b>659,34</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1231</b>	<b>162,74</b>	<b>41,37</b>	<b>45,79</b>	<b>167,99</b>	<b>1 298,96</b>
<b>Дополнительная витаминизация</b>							
ПР	Сок фруктовый в индивидуальной упаковке	200	18,01	0,20	0,26	22,60	92,00

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ /



Меню на "20" октября 2023г  
 Возрастная категория с 12 лет и старше

5 день цикла меню

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
<b>Завтрак</b>							
50	Салат из свеклы с сыром (отварная, чеснок, сыр, масло растительное) (свекла)	60	13,00	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	60,80	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>82,40</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 зелень, консервы рыбные, йодир. соль)	250/1	23,77	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)	70/50	34,13	7,4	5,48	6,97	107,5
312	Картофельное пюре (картофель, молоко 2,5 %, слив. масло 72%, йодир. соль)	180	23,00	3,89	6,68	26,41	181,83
ПР	Пирожок с яблочной начинкой (пшенич. дрожжи, соль йодированная, яблочный джем, молоко, сахар) (мука)	30	10,00	2,37	3,57	18,54	115,83
646	Напиток лимонный (лимон свежий, сахар)	200	8,00	0,14	0,02	10,46	45,34
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>103,00</b>	<b>19,30</b>	<b>18,67</b>	<b>98,86</b>	<b>688,93</b>
<b>Всего:</b>		<b>1386</b>	<b>185,40</b>	<b>48,78</b>	<b>52,91</b>	<b>184,56</b>	<b>1459,18</b>

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством Анна А. А.











Утверждено

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

Меню на "20" октября 2023г

Согласовано  
 ГБОУ СОУШ №

Директор

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

5 день цикл. меню

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
<b>Завтрак</b>							
50	Салат из свеклы с сыром (свекла отварная, чеснок, сыр, масло растительное)	60	13,00	2,84	5,70	4,37	80,59
291	Плов из цыплят (мясо кур, крупа рисовая, морковь, лук репч., раст. масло, соль йодир.)	60/180	57,26	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>78,86</b>	<b>27,21</b>	<b>32,79</b>	<b>88,43</b>	<b>759,01</b>
<b>Дополнительная витаминизация</b>							
ПР	Сок фруктовый в индивидуальной упаковке	200	18,01	0,20	0,26	22,60	92,00
<b>Обед</b>							
106	Суп картофельный с рыбными консервами (картофель, морковь, лук репч., крупа, раст. масло, укроп зелень, консервы рыбные, йодир.)	250/1	23,77	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	39,55	8,45	6,26	7,96	122,85
312	Картофельное пюре (картофель, молоко 2,5 %, слив. масло 72%, йодир. соль)	200	25,00	4,33	7,42	29,34	202,03
ПР	Пирожок с яблочной начинкой (мука пшен. дрожжи, соль йодированная, яблочный джем, молоко, сахар)	30	10,00	2,37	3,57	18,54	115,83
646	Напиток лимонный (лимон свежий, сахар)	200	8,00	0,14	0,02	10,46	45,34
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>110,42</b>	<b>20,79</b>	<b>20,19</b>	<b>102,78</b>	<b>724,48</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1416</b>	<b>189,28</b>	<b>48,00</b>	<b>52,98</b>	<b>191,21</b>	<b>1 483,49</b>
<b>Дополнительная витаминизация</b>							
ПР	Сок фруктовый в индивидуальной упаковке	200	18,01	0,20	0,26	22,60	92,00

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

Григорьев | Теменин |