

Меню на " 12 " января " 2022г  
 Возрастная категория с 7 до 11 лет

№ 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 морковью (капуста б/к., морковь, лук репч., раст. масло, йодир.соль)	40	4,00	0,52	1,30	2,60	24,16
251	Поджарка из свинины (мякоть свинина, лук репч., томат. пюре, раст. масло, йодир.соль)	35/15	34,00	7,80	22,20	2,05	238,00
302	Каша гречневая рассыпчатая ( крупа гречка, сл. масло, йодир. соль)	130	15,00	7,82	5,80	35,37	224,62
349	Компот из смеси сухофруктов ( смесь сухофруктов, сахар, лимон. кислота)	200	6,00	0,66	0,09	32,00	132,80
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	20/20	3,20	2,70	0,42	19,54	92,74
	<b>Итого:</b>	<b>460</b>	<b>62,20</b>	<b>19,50</b>	<b>29,81</b>	<b>91,56</b>	<b>712,32</b>
	<b>Обед</b>						
183/184	Борщ "Украинский" с пампушками (б/к капуста, картоф., морковь, свекла, лук репч., перец сладкий, мясо птицы, томат.пюре, сметана 15 %, укроп зелень, йодир. соль, сахар, к-та лимон., мука пшенич., чеснок, яйцо куриц. )	200/20	25,00	3,55	5,64	23,12	166,32
289	Рагу из цыплят (картофель, цыплята, морковь, лук репч., томат. пюре, раст. масло, мука пшеничн., йодир. соль)	40/150	40,00	12,79	16,39	19,44	277,37
377	Чай с лимоном (чай черный, сахар, лимон св.)	200	5,00	0,16	0,03	15,21	62,99
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/20	4,10	3,49	0,52	24,37	116,12
388	Десерт фруктовый (апельсин свежий порционно)	100	13,00	1,25	0,34	11,57	108,00
	<b>Итого:</b>	<b>760</b>	<b>87,10</b>	<b>21,24</b>	<b>22,92</b>	<b>93,71</b>	<b>730,80</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1495</b>	<b>149,30</b>	<b>40,74</b>	<b>52,73</b>	<b>185,27</b>	<b>1443,12</b>

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ /

Утверждаю

МУП "Школьное питание" г.о.Жигулевск

Директор: Г.П.Олисова

Согласовано

ГБОУ С (О)ОШ №

Директор \_\_\_\_\_

Меню на " 12 " января" 2022г

Возрастная категория с 12 лет и старше

№ 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 морковью (капуста б/к., морковь, лук репч., раст. масло, йодир.соль)	25	3,00	0,47	1,52	2,82	27,18
251	Поджарка из свинины (мякоть свинина, лук репч., томат. пюре, раст. масло, йодир.соль)	40/15	41,00	8,60	24,50	2,20	262,00
302	Каша гречневая рассыпчатая ( крупа гречневая, сл. масло 72%, йодир. соль)	140	16,00	8,00	5,70	36,00	228,00
349	Компот из смеси сухофруктов ( смесь сухофруктов, сахар, лимон. кислота)	200	6,00	0,66	0,09	32,00	132,80
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	25/25	4,00	2,70	0,42	19,54	93,00
	<b>Итого:</b>	<b>470</b>	<b>70,00</b>	<b>20,43</b>	<b>32,23</b>	<b>92,56</b>	<b>742,98</b>
	<b>Обед</b>						
183/184	Борщ "Украинский" с пампушками (б/к капуста, картоф., морковь, свекла, лук репч., перец сладкий, мясо птицы, томат.пюре, сметана 15 %, укроп зелень, йодир. соль, сахар, к-та лимон., мука пшенич., чеснок, яйцо курин. )	250/20	27,00	3,96	6,64	25,77	189,72
289	Рагу из цыплят (картофель, цыпята, морковь, лук репч., томат. пюре, раст. масло, мука пшеничн., йодир. соль)	40/160	42,00	15,84	14,00	18,00	265,00
377	Чай с лимоном (чай черный, сахар, лимон св.)	200	5,00	0,16	0,03	15,21	62,99
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/20	4,10	3,49	0,52	24,37	116,12
	<b>Итого:</b>	<b>720</b>	<b>78,10</b>	<b>23,45</b>	<b>21,19</b>	<b>83,35</b>	<b>633,83</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1190</b>	<b>148,10</b>	<b>43,88</b>	<b>53,42</b>	<b>175,91</b>	<b>1 376,81</b>

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ /

Утверждаю

МУП "Школьное питание" г.о. Жигулевск

Директор Т.П.Олисова

Меню на " 12 " января" 2022г

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

Согласовано

ГБОУ С (О)ОШ №

Директор Д.А.Сидорова

№ 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 морковью (капуста б/к., морковь, лук репч., раст. масло, йодир. соль)	40	4,00	0,52	1,30	2,60	24,00
251	Поджарка из свинины (мякоть свинина, лук репч., томат. пюре, раст. масло, йодир. соль)	35/15	34,00	7,80	22,20	2,05	238,00
302	Каша гречневая рассыпчатая ( крупа гречневая, сл. масло, йодир. соль)	130	15,00	7,82	5,80	35,37	224,62
349	Компот из смеси сухофруктов ( смесь сухофруктов, сахар, лимон. кислота)	200	6,00	0,66	0,09	32,00	132,80
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	20/20	3,20	2,70	0,42	19,54	92,74
	<b>Итого:</b>	<b>470</b>	<b>62,20</b>	<b>19,50</b>	<b>29,81</b>	<b>91,56</b>	<b>712,16</b>
<b>Обед</b>							
183/184	Борщ "Украинский" с пампушками (б/к капуста, картоф., морковь, свекла, лук репч., перец сладкий, мясо птицы, томат.пюре, сметана 15 %, укроп зелень, йодир. соль, сахар, к-та лимон., мука пшенич., чеснок, яйцо курин. )	250/20	27,00	3,96	6,64	25,77	189,72
289	Рагу из цыплят (картофель, цыплята, морковь, лук репч., томат. пюре, раст. масло, мука пшенич., йодир. соль)	40/130	39,00	11,40	14,50	17,30	246,90
377	Чай с лимоном (чай черный, сахар, лимон св.)	200	5,00	0,16	0,03	15,21	62,99
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30	2,30	2,30	0,34	16,20	77,40
	<b>Итого:</b>	<b>670</b>	<b>73,30</b>	<b>17,82</b>	<b>21,51</b>	<b>74,48</b>	<b>577,01</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1140</b>	<b>135,50</b>	<b>37,32</b>	<b>51,32</b>	<b>166,04</b>	<b>1289,17</b>

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ /