

Утверждаю
 МУП "Школьное питание" г.о. Жигулевск
 Директор Т.Н.Олисова

Согласовано
 ГБОУ СОУОИ № 9

Меню на "10" октября 2022г
 Возрастная категория с 7 до 11 лет

11 день цикла меню

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	Эн, ккал
Завтрак							
ПР/331	Тефтели из индейки с соусом (мясо индейки, крупа рисовая, яйцо кур., соус: томат, пюре, сметана 15%, мука пшенич., йодир. соль)	65/50	34,00	10,71	9,23	32,00	251,86
204	Макароны отварные с сыром (макароны из пшени. муки, сыр п/та 45%, слив. масло 72%, йодир. соль)	150/10	20,00	8,12	8,01	37,05	253,49
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.)	20/20	3,20	2,70	0,42	19,54	92,74
Дополнительная витаминизация							
ПР	Сок фруктовый в индивидуальной упаковке	200	19,09	1,00	0,20	20,20	86,60
Итого:		715	62,20	22,69	17,89	124,00	747,68
Обед							
84	Борщ с фасолью и картофелем, мясом цыпленка, сметаной, зеленью (свекла, картофель, фасоль, мясо кур, лук репч., морковь, томат. пюре, раст. масло, сметана 15%, сахар, йодир. соль, укроп зелень)	200/15/10/1	21,00	7,85	12,35	11,54	156,45
293/330	Цыплята порциями в соусе сметанном (цыпленка порц., сметана 15%, мука пшенич., йодир. соль)	60/50	37,00	17,55	23,49	3,59	297,34
304	Рис отварной (крупа рисовая, слив. масло 72%, йодир. соль)	150	17,00	3,81	6,11	40,01	230,31
349	Компот из смеси сухофруктов (смесь сухофруктов, сахар, лимон, кислота)	200	8,00	0,66	0,09	32,00	132,80
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/20	4,10	3,49	0,52	24,37	116,12
Дополнительная витаминизация							
ПР	Сыр плавленый ломтевой сливочный классич.	18	19,09	1,75	4,73	0,86	50,75
Итого:		754	87,10	35,11	47,29	112,37	983,77
Всего:		1469	149,30	57,80	65,18	236,37	1731,45

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

Т.Н.Олисова

Утверждаю
 МУП "Школьное питание" г.о. Жигулевск
 Директор Т.П.Олисова

Меню на "10" октября 2022г
 Возрастная категория с 12 лет и старше

Согласовано
 ГБОУ СОУОШ № 9



№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
Завтрак							
ПР/331	Тефтели из индейки с соусом (мясо индейки, крупа рисовая, яйцо кур, соус- томат, шпоре, сметана 15%, мука пшенич., Водир. соль)	65/50	34,00	10,71	9,23	32,00	251,86
204	Макароны отварные с сыром (макароны из пшени. муки, сыр и/тв. 45%, слив. масло 72%, Водир. соль)	180/15	32,00	9,74	9,61	44,46	304,89
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 Водир.)	30/25	4,60	3,77	0,58	26,84	127,62
	Итого:	565	75,60	24,38	19,45	118,51	747,35
Обед							
84	Борщ с фасолью и картофелем, мясом цыпленка, сметаной, зеленью (свекла, картофель, фасоль, мясо кур, лук репч., морковь, томат. шпоре, раст. масло, сметана 15%, сахар, Водир. соль, укроп зелень)	250/15/10/1	22,30	8,80	14,57	14,43	183,57
293/330	Цыплята порциями в соусе сметанном (цыплята порц., сметана 15%, мука пшенич., Водир. соль)	60/25	34,00	17,55	23,49	3,59	297,34
304	Рис отварной (крупа рисовая, слив. масло 72%, Водир. соль)	140	16,00	3,55	5,70	37,34	214,96
349	Компот из смеси сухофруктов (смесь сухофруктов, сахар, лимон. кислота)	200	8,00	0,66	0,09	32,00	132,80
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль Водир.)	30/20	4,10	3,50	0,52	24,37	116,12
	Итого:	751	84,40	34,06	44,37	111,73	944,79
	Всего:	1316	160,00	58,44	63,82	230,24	1 692,15

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

[Signature] Дурманова И.А.

