

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

Меню на "29" сентября 2023г  
 Возрастная категория с 7 до 11 лет

Согласовано  
 ГБОУ С (О)ОШ № 9  
 Директор

5 день цикла меню

рецептуры	Документов	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 зелени, 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 пшенич., 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

*Р.А. Душина*

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

Согласовано  
 ГБОУ С (О)ОШ № 9  
 Директор

Меню на "29" сентября 2023г  
 Возрастная категория с 12 лет и старше

рецептурный №	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.)	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 (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>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

*С.А. Думкина*

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

Меню на "29" сентября 2023г

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

Согласовано  
 ГБОУ С (О)ОШ № 9  
 Директор

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 (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 пшенич., 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>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

*С.А. Кустова*