

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

Меню на " 09 " декабря " 2021г
 Возрастная категория с 7 до 11 лет

Согласовано
 ГБОУ СО(О)ОШ № 163

Директор

№ рецептур ы	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭН, ккал
Завтрак							
ПР/331	Тефтели из мяса индейки с соусом (филе индейки, крупа рис, яйцо кур., лук репч., соус- томат. пюре, сметана 15%, мука пшенич., йодир. соль)	90/25	35,00	1,84	1,14	4,80	200,09
200	Пюре из гороха и картофеля (картофель, горох лущеный, молоко 2,5 %, слив. масло 72%, йодир. соль)	130	15,00	10,43	7,43	27,29	218,09
387	Напиток из с/зам ягод (компотная смесь) (св/м. ягоды: клубника, слива, виноград, сахар, лимон.кисл.)	200	6,00	0,20	0,05	26,62	108,83
ПР	Хлеб пшеничный / ржаной (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/20	3,10	3,49	0,52	24,37	116,12
Дополнительная витаминизация							
ПР	Мандарины свежие	70	26,81	0,57	0,22	8,08	37,10
ПР	Сок фруктовый 0,2 л в ассортименте	200	10,29	1,00	0,20	20,20	86,60
Итого:		765	96,20	17,53	9,56	111,36	766,83
Обед							
52	Салат из свеклы отварной (свекла, раст.масло, лимон.кисл., йодир.соль)	25	4,00	0,36	1,53	2,11	23,60
88	Щи из свежей капусты и картофеля на бульоне из мяса цыплят, со сметаной, зеленью (б/к капуста, томат.пюре, морк., лук репч., мясо кур., масло растит., сметана 15%, укроп зелень, йодир. соль)	200	19,00	6,96	12,48	7,99	137,39
256	Мясо тушеное (свинина) (свинина мякоть, морковь, лук репч., раст. масло, томат. соус, пшеничн. мука, йодир. соль)	30/50	29,00	9,42	7,87	2,55	118,80
302	Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, сл. масло, йодир. соль)	130	15,00	7,82	5,80	35,37	224,62
377	Чай с сахаром (чай, сахар)	200	3,00	0,07	0,02	15,00	60,00
ПР	Хлеб пшеничный / ржаной (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/25	3,60	3,77	0,58	26,84	127,62
Дополнительная витаминизация							
ПР	Мандарины свежие	70	26,81	0,57	0,22	8,08	37,10
ПР	Сок фруктовый 0,2 л в ассортименте	200	10,29	1,00	0,20	20,20	86,60
Итого:		960	110,70	29,97	28,69	118,14	815,72
Всего:		1725	206,90	47,50	38,25	229,50	1582,55

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

Р. Румина

Утверждаю

МУП "Школьное питание" г.о. Жигулевск

Директор Т.П.Олисова



Согласовано

ГБОУ С (О)ОШ №

Директор



Меню на " 09 " декабря" 2021г

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

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
Завтрак							
ПР/331	Тефтели из мяса индейки с соусом (филе индейки, крупа рис, яйцо кур., лук репч., соус- томат. пюре, сметана 15%, мука пшенич., йодир.соль)	90/25	35,00	1,84	1,14	4,80	200,09
200	Пюре из гороха и картофеля (картофель, горох лущеный, молоко 2,5 %, слив. масло 72%, йодир. соль)	130	15,00	9,00	6,40	23,65	189,00
387	Напиток из с/зам ягод (компотная смесь) (св/м, ягоды: клубника, слива, виноград, сахар, лимон.кисл.)	200	6,00	0,20	0,05	26,62	108,83
ПР	Хлеб пшеничный / ржаной (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/20	3,10	3,49	0,52	24,37	116,12
	Итого:	515	59,10	14,53	8,11	79,44	614,04
Обед							
52	Салат из свеклы отварной (свекла, раст.масло, лимон.кисл., йодир.соль)	30	5,00	0,20	0,90	1,30	14,00
88	Щи из свежей капусты и картофеля на бульоне из мяса цыплят, со сметаной, зеленью (б/к капуста, томат.пюре, морк., лук репч., мясо кур.,масло растит., сметана 15%, укроп зелень, йодир. соль)	250	21,00	7,26	14,35	9,90	
256	Мясо тушеное (свинина) (свинина мякоть, морковь, лук репч., раст. масло, томат. соус, пшенич.мука, йодир.соль)	30/50	29,00	9,42	7,87	2,55	118,80
302	Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, сл. масло 72%, йодир. соль)	130	15,00	9,62	7,13	43,53	276,46
377	Чай с сахаром (чай черный, сахар)	200	3,00	0,07	0,02	15,00	60,00
ПР	Хлеб пшеничный / ржаной (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	25/30	3,40	3,66	4,23	26,90	127,42
	Итого:	745	76,40	30,23	34,50	99,18	596,68
	Всего:	1260	135,50	44,76	42,61	178,62	1 210,72

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством