

Утверждаю

МУП "Школьное питание" г. Жигулевск
 Директор С.А. Жустова

Меню на "14" декабря 2023г
 Возрастная категория с 7 до 11 лет

Согласовано

ГБОУ СОШ №6
 Директор

4 день цикл меню (пелнакин)



№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
Завтрак							
243/540	Мясные изделия с соусом красным основным (мяс. изделия, лук репчатый, морковь, соль, томатное)	55/50	30,60	5,72	11,06	0,44	124,30
200	Пюре из гороха и картофеля (картофель, горох лущ., молоко 2,5 %, слив. масло 72%, йодир. соль)	150	17,00	10,41	7,71	27,27	220,48
382	Какао с молоком (какао порошок, молоко 2,5%, сахар)	200	17,00	4,07	3,53	17,58	118,60
ПР	Хлебцы безглют. кукурузно-рисовые	15	3,20	1,20	0,50	8,90	45,00
	Итого:	470	67,80	21,40	22,80	54,19	508,38
Дополнительная витаминизация							
ПР	Сок фруктовый в индивидуальной упаковке	200	18,01	0,20	0,26	22,60	92,00
Обед							
46	Салат из белокочанной капусты с морковью и яблоком (капуста б/к., яблоко, морковь, лук репч., раст. масло, йодир. соль)	60	13,00	0,77	3,11	6,84	59,22
101	Суп картофельный с рисом на бульоне из мяса цыплят, зеленью (картофель п/ф., крупа рис., морк., лук репч., мясо кур, масло раст., укроп зелень, йодир. соль)	200/15/1	20,04	5,82	5,82	14,06	132,23
298/331	Куриные шарики с сыром с соусом сметанным с томатом (мясо цыплят, сметана 155, томат пюре, сыр, соль йод., масло раст., хлеб пшеничный)	60/30	36,70	11,39	15,04	9,00	217,98
304	Рис отварной (крупа рисовая, масло сливочное, соль йодированная)	150	14,00	3,81	6,11	40,01	230,31
349	Компот из смеси сухофруктов (смесь сухофруктов, сахар, лимон. кислота)	200	8,00	0,00	0,00	19,98	79,87
ПР	Хлебцы безглют. кукурузно-рисовые	15	3,20	1,20	0,50	8,90	45,00
	Итого:	731	94,94	22,99	30,58	98,79	764,61
	Всего:	1201	162,74	44,39	53,38	152,98	1 272,99
Дополнительная витаминизация							
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. Жустова

Утверждено
 МУП "Школьное питание" г.о. Жигулевск
 Директор С.А. Сустова

Меню на "14" декабря 2023г
 Возрастная категория с 7 до 11 лет

Согласовано

4 день цикла. меню (аллергия на рыбу)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
Завтрак							
243/540	Мясные изделия с соусом красным основным (мяс. изделия, лук репчатый, морковь, соль, томатное пюре, мало растительное, мука пшеничная)	55/50	30,60	5,72	11,06	0,44	124,30
200	Пюре из гороха и картофеля (картофель, горох лущеный, молоко 2,5 %, слив. масло 72%, йодир. соль)	150	17,00	10,41	7,71	27,27	220,48
382	Какао с молоком (какао порошок, молоко 2,5%, сахар)	200	17,00	4,07	3,53	17,58	118,60
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный	20/20	3,20	2,89	0,47	17,91	87,60
	Итого:	500	67,80	23,09	22,77	63,20	550,98
Дополнительная витаминизация							
ПР	Сок фруктовый в индивидуальной упаковке	200	18,01	0,20	0,26	22,60	92,00
Обед							
46	Салат из белокочанной капусты с морковью и яблоком (капуста б/к., яблоко, морковь, лук репч., раст. масло, йодир. соль)	60	13,00	0,77	3,11	6,84	59,22
101	Суп картофельный с рисом на бульоне из мяса цыплят, зеленью (картофель п/ф., крупа рис., морк., лук репч., мясо кур, масло раст., укроп зелень, йодир. соль)	200/15/1	20,04	5,82	5,82	14,06	132,23
298/331	Куриные шарики с сыром с соусом сметанным с томатом (мясо цыплят, сметана 155, томат пюре, сыр, соль йод., масло раст., хлеб пшеничный)	60/30	39,80	11,39	15,04	9,00	217,98
309	Макаронные изделия отварные (макаронны из пшени. муки, сыр п/тв. 45%, слив. масло 72%, йодир. соль)	150	10,00	5,80	5,01	37,05	216,72
349	Компот из смеси сухофруктов (смесь сухофруктов, сахар, лимон. кислота)	200	8,00	0,00	0,00	19,98	79,87
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный	30/20	4,10	3,75	0,61	22,42	110,40
	Итого:	766	94,94	27,53	29,59	109,35	816,42
	Всего:	1266	162,74	50,62	52,36	172,55	1 367,40
Дополнительная витаминизация							
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. Сустова



Утверждено

Согласовано

МУП "Школьное питание" г.о. Жигулевск

ГБОУ СОШ №6

Директор С.А. Кустова

Директор

Меню на "14" декабря 2023г

Возрастная категория с 7 до 11 лет

4 день цикл: меню (молочный белок)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			ЭЦ, ккал
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	
	Завтрак						
243/540	Мясные изделия с соусом красным основным (мяс. изделия, лук репч., морковь, соль, томат. пюре, мало раст., мука пшеничная")	55/50	30,60	5,72	11,06	0,44	124,30
310	Картофель отварной с растительным маслом, зеленью (картофель, масло растит., соль йодир., зелень)	150	17,00	3,04	5,85	24,53	163,19
389	Сок фруктовый (в ассортименте)	200	17,00	0,20	0,26	22,60	92,00
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный	20/20	3,20	2,89	0,47	17,91	87,60
	Итого:	500	67,80	11,85	17,64	65,48	467,09
	Дополнительная витаминизация						
ПР	Сок фруктовый в индивидуальной упаковке	200	18,01	0,20	0,26	22,60	92,00
	Обед						
46	Салат из белокочанной капусты с морковью и яблоком (капуста б/к., яблоко, морковь, лук репч., раст. масло, йодир. соль)	60	13,00	0,77	3,11	6,84	59,22
101	Суп картофельный с рисом на бульоне из мяса цыплят, зеленью (картофель п/ф., крупа рис., морк., лук репч., мясо кур, масло раст., укроп зелень, йодир. соль)	200/15/1	20,04	5,82	5,82	14,06	132,23
297/540	Фрикадельки из цыплят с соусом красным основным (мясо кур., хлеб пшен., молоко 2,5%, яйцо кур., раст. масло, йодир. соль., томат пюре)	60/30	38,80	10,07	12,77	7,15	184,19
309	Макаронные изделия отварные с растительным маслом (макаронны из пшен. муки, масло растит., йодир. соль)	150	11,00	5,80	5,01	37,05	216,72
349	Компот из смеси сухофруктов (смесь сухофруктов, сахар, лимон. кислота)	200	8,00	0,00	0,00	19,98	79,87
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный	30/20	4,10	3,75	0,61	22,42	110,40
	Итого:	766	94,94	26,21	27,32	107,50	782,63
	Всего:	1266	162,74	38,06	44,96	172,98	1 249,72
	Дополнительная витаминизация						
ПР	Сок фруктовый в индивидуальной упаковке	200	18,01	0,20	0,26	22,60	92,00

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

