

Утверждено
 МУП "Школьное питание" г. Жигулевск
 Директор _____ С.А. Кустова

Согласовано
 ГБОУ СОШ №6
 Директор _____

Меню на "15" декабря 2023г
 Возрастная категория с 7 до 11 лет

5 день цикла меню (пятидневка)

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход, г | Цена, руб | Химический состав | | | |
|-------------------------------------|--|-------------|---------------|-------------------|--------------|---------------|-----------------|
| | | | | белки, г | жиры, г | углеводы, г | ЭЦ, ккал |
| Завтрак | | | | | | | |
| 50 | Салат из свеклы с сыром (отварная, чеснок, сыр, масло растительное) | 60 | 13,00 | 2,84 | 5,70 | 4,37 | 80,59 |
| 291 | Плов из цыплят (мясо кур, крупя 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 | Хлебцы безглот. кукурузно-рисовые | 15 | 3,20 | 1,20 | 0,50 | 8,90 | 45,00 |
| | Итого: | 500 | 67,80 | 20,99 | 28,23 | 64,47 | 597,02 |
| Дополнительная витаминизация | | | | | | | |
| ПР | Десерт фруктовый(яблоко) | 100 | 18,01 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 |
| Обед | | | | | | | |
| 106 | Суп картофельный с рыбными консервами (картофель, морковь, лук репч., крупа, раст. масло, укроп зелень, консервы рыбные, йодир. соль) | 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 | 43,13 | 7,40 | 5,48 | 26,97 | 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 |
| 377 | Чай с лимоном (чай черный, сахар, лимон св.) | 200 | 8,00 | 0,16 | 0,03 | 10,22 | 43,04 |
| ПР | Хлебцы безглот. кукурузно-рисовые | 15 | 3,20 | 1,20 | 0,50 | 8,90 | 45,00 |
| | Итого: | 666 | 94,94 | 13,79 | 13,92 | 82,21 | 475,81 |
| | Всего: | 1166 | 162,74 | 34,78 | 42,15 | 146,68 | 1 072,83 |
| Дополнительная витаминизация | | | | | | | |
| ПР | Десерт фруктовый(яблоко) | 100 | 18,01 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 |

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством _____

МУП "Центральное управление" г.о. Жигулевск
 Директор С.А.Кустова

Меню на "15" декабря 2023г
 Возрастная категория с 7 до 11 лет

Согласовано



5 день питания меню (аллергия на рыбу)

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход, г | Цена, руб | Химический состав | | | |
|-------------------------------------|---|-------------|---------------|-------------------|--------------|---------------|-----------------|
| | | | | белки, г | жиры, г | углеводы, г | ЭЦ, ккал |
| Завтрак | | | | | | | |
| 50 | Салат из свеклы с сыром <small>отварная, чеснок, сыр, масло растительное)</small> | 60 | 13,00 | 2,84 | 5,70 | 4,37 | 80,59 |
| 291 | Плов из цыплят <small>(мясо кур, крупа рисовая, морковь, лук репч., раст. масло, соль йодир.)</small> | 50/150 | 47,60 | 16,85 | 22,00 | 41,19 | 430,77 |
| 376 | Чай с сахаром <small>чай черный, сахар)</small> | 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 |
| | Итого: | 500 | 67,80 | 22,68 | 28,20 | 73,48 | 639,62 |
| Дополнительная витаминизация | | | | | | | |
| ПР | Десерт фруктовый(яблоко) | 100 | 18,01 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 |
| Обед | | | | | | | |
| 101/105 | Суп картофельный с крупой и мясными фрикадельками <small>(картофель, крупа рисовая, лук репч., морковь, масло растит., мясо говяд., лук репчат., яйцо кур., йодир. сол., зелень)</small> | 200/20/1 | 21,61 | 6,61 | 4,04 | 14,92 | 140,21 |
| 14 (2002) /331 | Голубцы с мясом и рисом (ленивые) в соусе <small>(б/к капуста, мясо говядины, свинины, яйцо куриное, крупа рисовая, соус-томат. поре, сметана 15%, мука пшенич., йодир. соль)</small> | 70/30 | 34,23 | 7,40 | 5,48 | 6,97 | 107,50 |
| 312 | Картофельное пюре <small>(картофель, молоко 2,5 %, слив. масло 72%, йодир. соль)</small> | 150 | 19,00 | 3,28 | 5,60 | 22,06 | 152,24 |
| ПР | Пирожок с яблочной начинкой <small>пшен., дрожжи, соль йодированная, яблочный джем, молоко, сахар)</small> | 30 | 10,00 | 2,37 | 3,57 | 18,54 | 115,83 |
| 377 | Чай с лимоном <small>черный, сахар, лимон св.)</small> | 200 | 6,00 | 0,16 | 0,03 | 10,22 | 43,04 |
| ПР | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный | 30/20 | 4,10 | 3,75 | 0,61 | 22,42 | 110,40 |
| | Итого: | 731 | 94,94 | 23,57 | 19,33 | 95,13 | 669,22 |
| | Всего: | 1231 | 162,74 | 46,25 | 47,53 | 168,61 | 1 308,84 |
| Дополнительная витаминизация | | | | | | | |
| ПР | Десерт фруктовый(яблоко) | 100 | 18,01 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 |

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

Александр В. Александров

Утверждаю

МУП "Школьное питание" г.о. Жигулевск

Директор

С.А. Кустова

Меню на "15" декабря 2023г
Возрастная категория с 7 до 11 лет

Согласовано



5 день цикла меню (молочный белок)

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход, г | Цена, руб | Химический состав | | | ЭЦ, ккал |
|-------------------------------------|--|-------------|---------------|-------------------|--------------|---------------|-----------------|
| | | | | белки, г | жиры, г | углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | | | |
| 52 | Салат из свеклы с чесноком (свекла отварная, чеснок, масло растительное, соль йодированная) | 60 | 13,00 | 0,73 | 3,05 | 4,25 | 47,26 |
| 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 |
| | Итого: | 500 | 67,80 | 20,57 | 25,55 | 73,36 | 606,29 |
| Дополнительная витаминизация | | | | | | | |
| ПР | Десерт фруктовый (яблоко) | 100 | 18,01 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 |
| Обед | | | | | | | |
| 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 |
| 287/540 | Голубцы с мясом и рисом (ленивые) в соусе красном основном (б/к капуста, мясо говядины, свинины, яйцо куриное, крупа рисовая, соус-томат. поре, мука пшенич., йодир. соль) | 70/30 | 34,00 | 7,40 | 5,48 | 6,97 | 107,50 |
| 200 | Пюре из гороха и картофеля с маслом растительным (картофель, горох лущеный, масло растит., йодир. соль) | 150 | 17,23 | 9,02 | 6,68 | 23,63 | 191,08 |
| ПР | Пирожок с яблочной начинкой (мука пшен., дрожжи, соль йодированная, яблочный джем, молоко, сахар) | 30 | 10,00 | 2,37 | 3,57 | 48,54 | 115,83 |
| 377 | Чай с лимоном (чай черный, сахар, лимон св.) | 200 | 8,00 | 0,16 | 0,03 | 10,22 | 43,04 |
| ПР | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный | 30/20 | 4,10 | 3,75 | 0,61 | 22,42 | 110,40 |
| | Итого: | 731 | 94,94 | 24,45 | 18,68 | 125,84 | 695,88 |
| | Всего: | 1231 | 162,74 | 45,02 | 44,23 | 199,20 | 1 302,17 |
| Дополнительная витаминизация | | | | | | | |
| ПР | Десерт фруктовый (яблоко) | 100 | 18,01 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 |

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

Александр М. Мещеряков