

Утверждаю
 МУП "Школы питания" г. Жигулевск
 Директор *С.К. Кустова*

Меню на "17" ноября 2023г
 Возрастная категория с 7 до 11 лет

Согласовано



5 день цикл, меню (молочный белок)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
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 зелены, 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 лушенный, 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. Александров

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

Меню на "17" ноября 2023г
 Возрастная категория с 7 до 11 лет



Согласовано

5 день пищевого 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 (отварная, чеснок, сыр, масло растительное) * (свекла)	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
	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 (картофель, крупа рисовая, лук репч., морковь, масло растит., мясо говяж., лук репчат., яйцо кур., йодир. сол., зелень)	200/20/1	21,61	6,61	4,04	14,92	140,21
14 (2002) /331	Голубцы с мясом и рисом (ленивые) в соусе (б/к капуста, мясо говядины, свинины, яйцо куриное, крупа рисовая, соус-томат, поре, сметана 15%, мука пшенич., йодир. соль)	70/30	34,23	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 (пшенич. дрожжи, соль йодированная, яблочный джем, молоко, сахар) (мука)	30	10,00	2,37	3,57	18,54	115,83
377	Чай с лимоном (чай черный, сахар, лимон сл.) (чай)	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. Алексеев

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

Меню на "17" ноября 2023г
 Возрастная категория с 7 до 11 лет

Согласовано
 ГБОУ СОШ №6
 Директор

5 день шк. меню (целиклет)

№ 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, 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	Хлебцы безглют. 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, поре, 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, сахар, лимон св.)	200	8,00	0,16	0,03	10,22	43,04
ПР	Хлебцы безглют. 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

Александров