



Утверждаю
ООО «Школьное питание г.о.Жигулевск»
Директор С.А.Кустова

6 день цикл. меню (аллергия на рыбу)

Меню на "22" декабря 2025г
Возрастная категория с 7 до 11 лет

Согласовано
ГБОУ С (О)ОШ №
Директор

№ рецептуры		Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
					белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
Завтрак								
55	Салат из свеклы отварной с солеными огурцами и зел.горошком		60	12,00	0,86	3,66	4,01	50,87
ПР/331	Тефтели из индейки с соусом сметанным с томатом (мясо индейки, крупа рисовая, яйцо кур.,соус- томат. пюре, сметана 15%, мука пшенич., йодир.соль)		65/25	33,00	8,68	8,27	14,64	111,81
309	Макаронные изделия отварные (макарониз из пшен.муки, слив.масло 72%, йодир.соль)		150	20,00	5,80	7,01	36,05	192,46
377	Чай с апельсином с сахаром (чай черный,сахар,лимон св.)		200/15	10,00	0,16	0,03	10,22	62,99
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)		20/15	3,68	2,60	0,42	15,69	77,10
Итого:			550	78,68	18,10	19,39	80,61	495,23
Обед								
49	Салат Витаминный 2 вариант (без болг.перца)		60	12,00	0,98	3,66	10,84	58,59
102	Суп картофельный с бобовыми (горох) на бульоне из мяса цыплят, зеленью (св. картофель, горох лущеный, морковь, лук репч., раст. масло, мясо цыплят, укроп зелень, йодир. соль)		200/15/1	30,00	8,82	7,95	22,53	230,33
265	Плов из цыплят(мясо цыплет, крупа рис., лук репч.морковь, томат., раст. масло, йодир. Соль)		40/170	54,00	11,85	10,01	43,46	344,21
377	Чай с лимоном с сахаром (чай черный,сахар,лимон св.)		200/15	10,00	0,16	0,03	10,22	62,99
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)		25/15	4,17	2,86	0,39	18,75	89,95
Итого:			741	110,17	24,67	25,04	100,80	786,07
Всего:			1291	188,85	42,77	44,43	181,41	1281,30

Продукты не содержат ГМО

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством



Утверждено
 ООО «Школьное питание г.о.Жигулевск»
 Директор
 «ШКОЛЬНОЕ ПИТАНИЕ
 ГОРОДСКОГО ОКРУГА
 ЖИГУЛЕВСКОЕ»
 С.А.Кустова

Меню на "22 " декабря 2025г
 Возрастная категория с 12 лет и старше

Согласовано
 ГБОУ С (О)ОШ №
 Директор

6 день цикл. меню (аллергия на рыбу)

Наименование блюда		Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
Завтрак							
55	Салат из свеклы отварной с солеными огурцами и зел.горошком	60	12,00	0,86	3,66	4,01	50,87
ПР/331	Тефтели из индейки с соусом сметанным с томатом (мясо индейки, крупа рисовая, яйцо кур.,соус- томат. пюре, сметана 15%, мука пшенич., йодир.соль)	65/40	46,00	10,05	8,71	15,10	111,95
309	Макаронные изделия отварные (макаронны из пше.муки, слив.масло 72%, йодир.соль)	170	27,00	5,80	5,01	37,05	216,72
377	Чай с апельсином с сахаром (чай черный,сахар,лимон св.)	200/15	10,00	0,16	0,03	10,22	62,99
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/20	5,00	3,75	0,61	22,42	110,4
Итого:		600	100,00	20,62	18,02	88,80	552,93
Обед							
49	Салат Витаминный 2 вариант (без болг.перца)	60	12,00	0,98	3,66	10,84	58,59
102	Суп картофельный с бобовыми (горох) на бульоне из мяса цыплят, зеленью (св. картофель, горох лущеный, морковь, лук репч., раст.масло, мясо цыплят, укроп зелень, йодир, соль)	250/15/1	40,00	10,0	9,06	23,39	236,51
265	Плов из цыплят(мясо цыплят, крупа рис., лук репч.морковь, томат., раст. масло, йодир. Соль)	40/190	60,00	13,84	11,13	45,17	381,28
377	Чай с лимоном с сахаром (чай черной,сахар,лимон св.)	200/15	10,00	0,16	0,03	10,22	62,99
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный(мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	15/15	3,00	2,86	0,39	18,75	89,95
Итого:		801	125,00	27,73	26,71	103,12	825,09
Всего:		1401	225,00	48,35	44,73	191,92	1378,02
Продукты не содержат ГМО							

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством _____, *Кимикова*