

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

Меню на " 29 " ноября" 2021г  
 Возрастная категория с 7 до 11 лет

Согласовано  
 ГБОУ СОУОШ № 1  
 Директор

| № рецептуры                         | Наименование блюда  | Выход, г   | Цена, руб    | Химический состав |              |              |               | Витамины     |
|-------------------------------------|---|------------|--------------|-------------------|--------------|--------------|---------------|--------------|
|                                     |   |            |              | белки, г          | жиры, г      | углеводы, г  | ЭЦ, ккал      | С, мг        |
| <b>Завтрак</b>                      |   |            |              |                   |              |              |               |              |
| ПР/331                              | Тефтели из мяса индейки с соусом (филе индейки, крупа рис, яйцо кур., лук репч., соус-томат. пюре, сметана 15%, мука пшенич., перец.соль)   | 90/25      | 33,00        | 1,84              | 1,14         | 4,80         | 200,09        | 0,51         |
| 204                                 | Макароны отварные с сыром (макароны из пшени. муки, сыр п/тв.45%, слив.масло 72%, йодир.соль)   | 130/15     | 21,00        | 8,79              | 10,66        | 33,89        | 267,70        | 0,00         |
| 376                                 | Чай с сахаром (чай черный, сахар)   | 200        | 3,00         | 0,07              | 0,02         | 15,00        | 60,00         | 0,03         |
| ПР                                  | Хлеб пшеничный / ржаной (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)   | 20/20      | 2,10         | 2,70              | 0,42         | 19,54        | 92,74         | 0,00         |
| <b>Итого:</b>                       |   | <b>500</b> | <b>59,10</b> | <b>13,40</b>      | <b>12,24</b> | <b>73,23</b> | <b>620,53</b> | <b>0,54</b>  |
| <b>Дополнительная витаминизация</b> |   |            |              |                   |              |              |               |              |
| 388                                 | Груша свежая  | 150        | 26,81        | 0,57              | 0,18         | 23,19        | 87,00         | 21,00        |
| ПР                                  | Сыр плавленный ломтевой сливочный классич.  | 18         | 10,29        | 1,75              | 4,73         | 0,86         | 50,75         | 0,00         |
| <b>Итого:</b>                       |   | <b>168</b> | <b>37,10</b> | <b>2,32</b>       | <b>4,91</b>  | <b>24,05</b> | <b>137,75</b> | <b>21,00</b> |
| <b>Обед</b>                         |   |            |              |                   |              |              |               |              |
| 93                                  | Щи по-уральски на бульоне из мяса цыплят, зеленью (б/к капуста, карт., томат.пюре, морк., лук репч.,крупа пшено, мясо кур., сметана 15%, масло растит., укроп зелень, йодир.соль) | 200        | 19,00        | 6,28              | 9,30         | 10,20        | 150,66        | 26,22        |
| 293(ПР)/331                         | Цыплята жареные (голень)/соус (цыплята порц.,сметана 15%, раст.масло, йодир. Соль, соус-томат.пюре, сметана 15%, мука пшенич., йодир.соль)  | 90/25      | 35,00        | 20,05             | 20,78        | 1,93         | 274,86        | 0,00         |
| 305/136                             | Рис с овощами (крупа рисовая, морковь, лук репч., раст.масло, слив.масло, йодир.соль)   | 130        | 13,00        | 3,07              | 10,12        | 29,31        | 221,16        | 3,56         |
| 377                                 | Чай фруктовый (с/м вишня) (чай черный, сахар, вишня св./мор.)   | 200        | 3,00         | 0,13              | 0,02         | 15,20        | 62,00         | 0,95         |
| ПР                                  | Хлеб пшеничный / ржаной (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)   | 30/25      | 3,60         | 3,77              | 0,58         | 26,84        | 127,62        | 0,00         |
| <b>Итого:</b>                       |   | <b>700</b> | <b>73,60</b> | <b>33,30</b>      | <b>40,80</b> | <b>83,48</b> | <b>836,30</b> | <b>30,73</b> |
| <b>Всего:</b>                       |   |            |              |                   |              |              |               |              |
| <b>Дополнительная витаминизация</b> |   |            |              |                   |              |              |               |              |
| 388                                 | Груша свежая  | 150        | 26,81        | 0,57              | 0,18         | 23,19        | 87,00         | 21,00        |
| ПР                                  | Сыр плавленный ломтевой сливочный классич.  | 18         | 10,29        | 1,75              | 4,73         | 0,86         | 50,75         | 0,00         |
| <b>Итого:</b>                       |   | <b>168</b> | <b>37,10</b> | <b>2,32</b>       | <b>4,91</b>  | <b>24,05</b> | <b>137,75</b> | <b>21,00</b> |

Продукты не содержат ГМО

Утверждаю

МУП "Школьное питание" г.о.Жигулевск

Директор Т.П.Олисова

Меню на " 29 " ноября " 2021г  
Возрастная категория с 12 лет и старше

Согласовано  
ГБОУ СО (О)ОШ №

Директор Т.П.Олисова

| № рецептуры    | Наименование блюда   | Выход, г    | Цена, руб     | Химический состав |              |               |                 | Витамины     |
|----------------|--|-------------|---------------|-------------------|--------------|---------------|-----------------|--------------|
|                |  |             |               | белки, г          | жиры, г      | углеводы, г   | ЭЦ, ккал        | С, мг        |
| <b>Завтрак</b> |  |             |               |                   |              |               |                 |              |
| 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       | 33,00         | 1,84              | 1,14         | 4,80          | 200,09          | 0,51         |
| 204            | Макаронны отварные с сыром (макаронны из пшени муки, сыр п/тв 45%, слив.масло 72%, йодир.соль)   | 160/20      | 31,00         | 9,67              | 9,53         | 39,52         | 283,52          | 0,00         |
| 376            | Чай с сахаром ( чай черный, сахар)   | 200         | 3,00          | 0,07              | 0,02         | 15,00         | 60,00           | 0,03         |
| ПР             | Хлеб пшеничный / ржаной ( мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)   | 25/25       | 3             | 3,38              | 0,53         | 24,43         | 115,93          | 0,00         |
|                | <b>Итого:</b>  | <b>545</b>  | <b>70</b>     | <b>14,96</b>      | <b>11,22</b> | <b>83,75</b>  | <b>659,54</b>   | <b>0,54</b>  |
| <b>Обед</b>    |  |             |               |                   |              |               |                 |              |
| 93             | Щи по-уральски на бульоне из мяса шпикт, зеленью (б/к капуста, карт., томат.пюре, морк., лук репч.,крупа пшено, мясо кур., сметана 15%, масло растит., укроп зелень, йодир.соль) | 250         | 21,00         | 6,76              | 10,38        | 12,64         | 172,12          | 32,26        |
| 293(ПР)/331    | Цыплята жареные (голень) / соус (цыплята пори, сметана 15%, раст. масло, йодир. Соль, соус- томат. пюре, сметана 15%, мука пшенич., йодир.соль)                                  | 90/25       | 35,00         | 20,05             | 20,78        | 1,93          | 274,86          | 0,00         |
| 305/136        | Рис с овощами (крупа рисовая, морковь, лук репч., раст. масло, слив. масло, йодир. соль)   | 170         | 16,00         | 4,02              | 13,24        | 38,33         | 289,20          | 3,56         |
| 377            | Чай фруктовый (с/м вишня) (чай черный, сахар, вишня св./мор.)  | 200         | 3,00          | 0,13              | 0,02         | 15,20         | 62,00           | 0,95         |
| ПР             | Хлеб пшеничный / ржаной ( мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)   | 30/20       | 3,10          | 3,49              | 0,52         | 24,37         | 116,12          | 0,00         |
|                | <b>Итого:</b>  | <b>765</b>  | <b>78,10</b>  | <b>34,45</b>      | <b>44,94</b> | <b>92,47</b>  | <b>914,30</b>   | <b>36,77</b> |
|                | <b>Всего:</b>  | <b>1310</b> | <b>148,10</b> | <b>49,41</b>      | <b>56,16</b> | <b>176,22</b> | <b>1 573,84</b> | <b>37,31</b> |

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_

Утверждаю

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

Меню на " 29 " ноября " 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 |              |               |                 | Витамины     |
|----------------|--|-------------|---------------|-------------------|--------------|---------------|-----------------|--------------|
|                |  |             |               | белки, г          | жиры, г      | углеводы, г   | ЭЦ, ккал        | С, мг        |
| <b>Завтрак</b> |  |             |               |                   |              |               |                 |              |
| 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       | 33,00         | 1,84              | 1,14         | 4,80          | 200,09          | 0,51         |
| 204            | Макароны отварные с сыром (макароны из пшени муки, сыр н-ть 45%, слив.масло 72%, йодир.соль)   | 130/15      | 21,00         | 8,79              | 10,66        | 33,89         | 267,70          | 0,00         |
| 376            | Чай с сахаром (чай черный, сахар)  | 200         | 3,00          | 0,07              | 0,02         | 15,00         | 60,00           | 0,03         |
| ПР             | Хлеб пшеничный / ржаной ( мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)   | 20/20       | 2,10          | 2,70              | 0,42         | 19,54         | 92,74           | 0,00         |
|                | <b>Итого:</b>  | <b>500</b>  | <b>59,10</b>  | <b>13,40</b>      | <b>12,24</b> | <b>73,23</b>  | <b>620,53</b>   | <b>0,54</b>  |
| <b>Обед</b>    |  |             |               |                   |              |               |                 |              |
| 93             | Щи по-уральски на бульоне из мяса цыплят, зеленью (б/к капуста, карт., томат.пюре, морк., лук репч., крупа пшено, мясо кур., сметана 15%, масло растит., укроп зелень, йодир.соль) | 250         | 21,00         | 6,76              | 10,38        | 12,64         | 172,12          | 32,26        |
| 293(ПР)/331    | Цыплята жареные (голень)/ соус (цыплята порц., сметана 15%, раст. масло, йодир. Соль, соус- томат. пюре, сметана 15%, мука пшенич., йодир.соль)                                    | 90/30       | 36,00         | 20,05             | 20,78        | 1,93          | 274,86          | 0,00         |
| 305/136        | Рис с овощами (крупа рисовая, морковь, лук репч., раст. масло, слив. масло, йодир. соль)   | 130         | 13,00         | 4,02              | 13,24        | 38,33         | 289,20          | 3,56         |
| 377            | Чай фруктовый (с/м вишня) (чай черный, сахар, вишня с/мор.)  | 200         | 3,00          | 0,13              | 0,02         | 15,20         | 62,00           | 0,95         |
| ПР             | Хлеб пшеничный / ржаной ( мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)   | 25/30       | 3,40          | 3,66              | 4,23         | 26,90         | 127,42          | 0,00         |
|                | <b>Итого:</b>  | <b>755</b>  | <b>76,40</b>  | <b>34,62</b>      | <b>48,65</b> | <b>95,00</b>  | <b>925,60</b>   | <b>36,77</b> |
|                | <b>Всего:</b>  | <b>1255</b> | <b>135,50</b> | <b>37,32</b>      | <b>49,07</b> | <b>114,54</b> | <b>1 018,34</b> | <b>36,77</b> |

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ /