

Утверждаю

МУП "Школьное питание" г.о. Жигулевск

Директор Т.П.Олисова



ГБОУ С (О)ОШ № 14

Директор \_\_\_\_\_



Меню на " 20 "января" 2022г

Возрастная категория с 7 до 11 лет

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
	<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	35,00	1,44	0,18	3,06	182,70
200	Пюре из гороха и картофеля (картофель, горох лущеный, молоко 2,5 %, слив. масло 72%, йодир. соль)	140	17,00	8,00	6,00	25,00	189,00
646	Напиток лимонный (лимон св., сахар)	200	7,00	0,14	0,02	24,43	101,20
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	20/20	3,20	2,70	0,42	19,54	92,74
	<b>Итого:</b>	<b>495</b>	<b>62,20</b>	<b>12,28</b>	<b>6,62</b>	<b>72,03</b>	<b>565,64</b>

Продукты не содержат ГМО

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

Утверждаю

МУП "Школьное питание" г.о. Жигулевск

Директор Т.Н.Олисова

Согласовано

ГБОУ С (О)ОШ № 14

Директор \_\_\_\_\_



Меню на " 20 "января" 2022г

Возрастная категория с 12 лет и старше

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
<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	35,00	1,44	0,18	3,06	182,70
200	Пюре из гороха и картофеля (картофель, горох лущеный, молоко 2,5 %, слив. масло 72%, йодир. соль)	130	16,00	7,70	6,00	23,00	176,00
646	Напиток лимонный (лимон св., сахар)	200	7,00	0,14	0,02	24,43	101,20
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	25/25	4,00	3,95	0,50	24,15	116,90
ПР	Десерт фруктовый (яблоко свежее порционно)	60	8,00	0,24	0,24	6,00	27,00
	<b>Итого:</b>	<b>555</b>	<b>70,00</b>	<b>13,47</b>	<b>6,94</b>	<b>80,64</b>	<b>603,80</b>
<b>Обед</b>							
67	Винегрет овощной (картофель, сол. огурец, б/к капуста, морковь, лук репч., свекла раст. масло)	30	5,00	0,00	3,00	2,20	38,00
88	Щи из свежей капусты и картофеля на бульоне из мяса цыплят, со сметаной, зеленью (б/к капуста, томат.пюре, морк., лук репч., мясо кур., масло растит., сметана 15%, укроп зелень, йодир. соль)	250	21,00	7,26	14,35	9,90	155,70
256	Мясо тушеное (свинина) (свинина мякоть, морковь, лук репч., раст. масло, томат. соус, пшеничн. мука, йодир. соль)	30/50	29,00	9,42	7,87	2,55	118,80
302	Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, сл. масло, йодир. соль)	140	16,00	8,00	5,70	36,00	228,00
377	Чай с сахаром (чай черный, сахар)	200	3,00	0,07	0,02	15,00	60,00
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/20	4,10	3,49	0,52	24,37	116,12
	<b>Итого:</b>	<b>750</b>	<b>78,10</b>	<b>28,24</b>	<b>31,46</b>	<b>90,02</b>	<b>716,62</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1305</b>	<b>148,10</b>	<b>41,71</b>	<b>38,40</b>	<b>170,66</b>	<b>1 320,42</b>

Продукты не содержат ГМО

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

Утверждаю

МУП "Школьное питание" г.о.Жигулевск

Директор

Т.П.Олисова

Меню на " 20 "января" 2022г

ГБОУ С (О)ОН №

Согласовано

Директор

ОВЗ. Возрастная категория с 7 до 11 лет. Возрастная категория с 12 лет и старше

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
	<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	35,00	1,84	1,14	4,80	200,09
200	Пюре из гороха и картофеля (картофель, горох лущеный, молоко 2,5 %, слив. масло 72%, йодир. соль)	140	17,00	8,00	6,00	25,00	189,00
646	Напиток лимонный (лимон св., сахар)	200	7,00	0,14	0,02	24,43	101,20
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	20/20	3,20	2,70	0,42	19,54	92,74
	<b>Итого:</b>	<b>495</b>	<b>62,20</b>	<b>12,68</b>	<b>7,58</b>	<b>73,77</b>	<b>583,03</b>
	<b>Обед</b>						
67	Винегрет овощной (картофель, сол. огурец, б/к капуста, морковь, лук репч., свекла раст. масло)	75	12,00	1,00	7,50	5,50	94,00
88	Щи из свежей капусты и картофеля на бульоне из мяса цыплят, со сметаной, зеленью (б/к капуста, томат. пюре, морк., лук репч., мясо кур., масло растит., сметана 15%, укроп зелень, йодир. соль)	200	19,00	6,96	12,48	7,99	137,39
256	Мясо тушеное (свинина) (свинина мякоть, морковь, лук репч., раст. масло, томат. соус, пшеничн. мука, йодир. соль)	40/30	34,00	7,40	20,00	1,80	214,00
302	Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, сл. масло, йодир. соль)	130	15,00	7,82	5,80	35,37	224,62
377	Чай с сахаром (чай черный, сахар)	200	3,00	0,07	0,02	15,00	60,00
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/20	4,10	3,49	0,52	24,37	116,12
	<b>Итого:</b>	<b>725</b>	<b>87,10</b>	<b>26,74</b>	<b>46,32</b>	<b>90,03</b>	<b>846,13</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1220</b>	<b>149,30</b>	<b>39,42</b>	<b>53,90</b>	<b>163,80</b>	<b>1429,16</b>

Продукты не содержат ГМО

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