

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

Меню на " 07" сентября 2022г
 Возрастная категория с 7 до 11 лет

Согласовано
 ГБОУ СОШ № 7
 Директор

3 день цикл. меню (аллергия на молочный белок)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
Завтрак							
71	Овощи свежие (помидоры порционно)	50	7,00	0,55	0,10	1,90	12,00
251	Свинина тушеная с томатом и луком (мякоть свинина, лук репч., томат пюре, раст. масло, йодир соль)	30/15	29,00	9,44	9,87	2,40	136,48
303	Каша гречневая вязкая с растительным маслом (крупа гречневая, масло растит., йодир соль)	150	18,00	9,02	6,69	40,81	259,18
377	Чай фруктовый (вишня) (чай черный, сахар, вишня с/м)	200	5,00	0,10	0,03	15,00	60,61
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир)	20/20	3,20	2,70	0,42	19,54	92,74
	Итого:	485	62,20	21,81	17,11	79,65	561,01
Обед							
24	Салат из свежих помидоров и огурцов с репчатым луком (огурец св, помидор св, лук репч, масло раст.)	50	10,00	0,48	3,03	1,82	35,35
183/184	Борщ "Украинский" с пампушками на бульоне из мяса цыплят с зеленью (б/г капуста, картоф., морковь, свекла, лук репч., перец сладкий, мясо птицы, томат пюре, укроп зелень, йодир соль, сахар, к-та лимон, мука пшенич., чеснок, яйцо куриц.)	200/20/15/1	25,00	1,62	4,01	17,60	93,60
289	Рагу из цыплят (картофель, цыплята, морковь, лук репч., томат пюре, раст. масло, мука пшенич., йодир соль)	40/160	36,00	12,96	16,74	20,74	286,44
388	Напиток из плодов шиповника (плоды шиповника суш., сахар, лимон. кисл.)	200	12,00	0,68	0,28	20,76	79,80
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/20	4,10	3,49	0,52	24,37	116,12
	Итого:	736	87,10	19,23	24,58	85,29	611,31
	Всего:	1221	149,30	41,04	41,69	164,94	1172,32

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством