

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

Меню на " 08 " сентября 2022г  
Возрастная категория с 7 до 11 лет

Согласовано  
ГБОУ СОШ № 10  
Директор

4 день цикл. меню (аллергия на молочный белок)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
<b>Завтрак</b>							
70	Овощи консервированные (огурец порционно) (огурец, лимон. кисл., йодир. соль)	20	3,00	0,16	0,02	0,34	2,60
229	Рыба, тушенная в томате с овощами (филе минтая, морковь, лук репч., томат пюре, раст. масло)	40/50	30,00	8,46	5,48	4,88	103,44
310	Картофель отварной с растительным маслом, зеленью (картофель, масло растит., соль йодир., зелень)	150	22,00	3,28	5,60	22,06	152,24
376	Чай с сахаром (чай черный, сахар)	200	4,00	0,07	0,02	15,00	60,00
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>500</b>	<b>62,20</b>	<b>14,67</b>	<b>11,54</b>	<b>61,82</b>	<b>411,02</b>
<b>Обед</b>							
52	Салат из свеклы отварной (свекла, раст. масло, лимон. кисл., йодир. соль)	60	5,00	0,71	3,04	4,18	46,92
103	Суп картофельный с вермишелью на бульоне из мяса цыплят, зеленью (картофель п.ф., макарон. издел., морк., лук репч., мясо кур, масло раст., укроп зелень, йодир. соль)	200/15/1	16,00	5,06	4,71	18,50	129,89
297/540	Фрикадельки из цыплят с соусом красным основным (мясо кур., хлеб пшен., яйцо кур., раст. масло, йодир. соль, томат пюре)	60/50	42,00	10,61	12,19	8,66	187,45
171	Каша перловая рассыпчатая с растительным маслом (крупа перловая, соль, масло растительное)	150	9,00	4,68	4,88	33,49	196,77
389	Сок фруктовый (в ассортименте)	200	11,00	0,20	0,26	22,60	92,00
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>786</b>	<b>87,10</b>	<b>24,75</b>	<b>25,60</b>	<b>111,80</b>	<b>769,15</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1286</b>	<b>149,30</b>	<b>39,42</b>	<b>37,14</b>	<b>173,62</b>	<b>1180,17</b>

Продукты не содержат ГМО

Заявляющий производством