

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

Меню на "15" сентября" 2022г
 Возрастная категория с 7 до 11 лет

Согласовано
 ГБОУ СО(О)ОШ № 11
 Директор

9 день цикла, меню (аллергия на молочный белок)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
Завтрак							
279/540	Гёфтели из мяса цыплят с соусом красным основным (филе кур, крупа рисовая, яйцо кур., лук репч., соус-томат пюре, мука пшенич., йодир, соль, лук репчатый, морковь)	60/50	31,00	9,58	10,91	28,92	249,94
199	Пюре гороховое с маслом растительным (горох лущенный, масло растит., соль йодированная)	150	20,00	9,02	6,69	40,81	259,18
646	Напиток лимонный (лимон сезвий, сахар)	200	8,00	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
	Итого:	500	62,20	21,44	18,04	113,70	703,06
Обед							
71	Овощи свежие (помидор порционно)	50	7,00	0,55	0,10	1,40	12,00
88	Щи из свежей капусты и картофеля на бульоне из мяса цыплят, с зеленью (б/с капуста, томат пюре, морк., лук репч., мясо кур, масло растит., укроп зелень, йодир, соль)	200/15/1	20,00	6,70	10,98	15,00	121,59
256	Мясо тушеное (свинина) (свинина мякоть, морковь, лук репч., раст. масло, томат, соус, пшеничн. мука, йодир, соль)	35/30	33,00	6,88	18,31	1,66	198,25
302	Каша гречневая рассыпчатая с маслом растительным (крупа гречневая, растит. масло, йодир, соль)	150	18,00	9,02	6,69	40,81	259,18
377	Чай фруктовый (черноплодная рябина) (чай черный, сахар, черноплодная рябина св./мор.)	200	5,00	0,13	0,02	15,20	62,00
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/20	4,10	3,49	0,52	24,37	116,12
	Итого:	731	87,10	26,77	36,62	98,44	769,14
	Всего:	1231	149,30	48,21	54,66	212,14	1472,2

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством _____ / _____