

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

Меню на "16" сентября" 2022г
 Возрастная категория с 7 до 11 лет

Согласован
 ГБОУ С (О)ОИ № 16
 Директор

10 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 (огурец порционно)	60	10,00	0,48	0,06	1,50	8,40
265	Плов из свинины (свинина мякоть, крупа рисовая, лук репч. морковь, томат., раст. масло, йодир. соль)	30/150	40,00	13,03	10,87	40,10	310,70
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
ПР	Булочка Ромашка (мука пшеничн., раст.масло, дрожжи, соль, сахар)	40	5,00	4,20	4,35	29,60	174,05
	Итого:	520	62,20	20,48	15,72	105,74	645,89
Обед							
113/114	Суп-лапша домашняя на бульоне из мяса цыплят, зеленью (лапша домашняя - мука пшенич., яйца кур., йодир. соль, морковь, лук репч., масло растит., мясо кур., укроп зелень, йод. соль)	200/15/1	16,00	8,16	12,18	19,10	163,21
231	Рыба (минтай) припущенная (рыба минтай-филе, мука пшеничная, лук репчатый, масло раст., йодир. соль)	55(40/15)	31,00	9,38	5,58	5,28	109,32
310	Картофель отварной с растительным маслом, зеленью (картофель, масло растит., соль йодир., зелень)	150	24,00	3,04	5,85	24,53	163,19
388	Напиток из плодов шиповника (плоды шиповника суш., сахар, лимон. кислот.)	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:	671	87,10	24,75	24,41	94,04	631,64
	Всего:	1191	149,30	45,23	40,13	199,78	1277,53

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством _____ / _____ /