

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

Меню на "21" сентября 2022 г.
 Возрастная категория с 7 до 11 лет

Согласовано
 ГБОУ С (О)ОШ № 1
 Директор

13 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							
287 /540	Голубцы ленивые из цыплят в соусе красном основном (б/к капуста, мясо кур., яйцо куриное, крупа рисовая, соус- томат, пюре, мука пшенич., йодир, соль)	70/30	30,00	6,95	7,98	6,96	128,27
302	Каша гречневая рассыпчатая с маслом растительным (крупа гречневая, растит.масло, йодир, соль)	130	16,00	7,82	5,80	35,37	224,62
377	Чай фруктовый (черноплодная рябина) (чай черный, сахар, черноплодная рябина св./мор.)	200	5,00	0,13	0,04	15,22	62,00
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	20/20	3,20	2,70	0,42	19,54	92,74
ПР	Булочная мелочь (мука пшеничн., раст. масло, соль, сахар, дрожжи.)	40	8,00	2,37	3,57	18,54	115,83
	Итого:	510	62,20	19,97	17,81	95,63	623,46
Обед							
104/105	Суп картофельный с фрикадельками из цыплят с зеленью (картофель п.ф., морковь, лук репч., томат, пюре, масло раст., укроп зелень, лавр лист, йодир, соль, мясо кур, лук репчат., яйцо куриное, йодир, соль)	200/20/1	22,00	7,54	7,14	144,91	154,58
290/540	Грудка куриная (филе) в соусе красном основном (мясо кур., масло растит., томат паста, морковь, лук репчатый, йодир, соль)	45/50	34,00	0,81	3,72	3,48	51,04
310	Картофель отварной с растительным маслом, зеленью (картофель, масло растит., соль йодир, зелень)	150	22,00	3,04	5,85	24,53	163,19
377	Чай фруктовый (с/м смородина) (чай черный, сахар, смородина 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:	716	87,10	15,01	17,25	212,49	546,93
	Всего	1226	149,30	34,98	35,06	308,12	1170,39

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством