

Утверждено
 ООО «Школьное питание г. Жигулевск»
 Директор О.А.Кустова

Согласовано
 ГБОУ С(О)ОШ № _____
 Директор _____

Меню на "06" ноября 2024г
 Возрастная категория с 7 до 11 лет

3 день цикл. меню (молочный белок)

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход, г | Цена, руб | Химический состав | | | |
|----------------|--|-------------|---------------|-------------------|--------------|---------------|----------------|
| | | | | белки, г | жиры, г | углеводы, г | ЭЦ, ккал |
| Завтрак | | | | | | | |
| 67 | Винегрет овощной с зеленым горошком | 60 | 12,00 | 0,87 | 6,10 | 4,59 | 75,37 |
| 258 | Мясо духовое (свинина мякоть, раст. масло, картофель, морковь, лук репчатый, мука пшеничная, соль йодир.) | 40/160 | 55,38 | 14,75 | 11,95 | 2,06 | 294,27 |
| 376 | Чай с сахаром (чай черный, сахар) | 200 | 4,00 | 0,10 | 0,03 | 10,01 | 40,66 |
| ПР | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.) | 20/20 | 3,20 | 2,89 | 0,47 | 17,91 | 87,60 |
| | Итого: | 500 | 74,58 | 18,61 | 18,55 | 34,57 | 497,90 |
| Обед | | | | | | | |
| 183/184 | Борщ "Украинский" с пампушками (б/к капуста, картоф., морковь, свекла, лук репч., мясо птицы, томат. пюре, зелень, йодир. соль, сахар, к-та лимон., мука пшенич., чеснок, яйцо куриц.) | 200/20/15/1 | 29,95 | 9,23 | 13,02 | 26,53 | 229,86 |
| 279/540 | Тефтели из цыплят с соусом красным основным (мясо цыплят, крупа рисовая, яйцо кур., лук репчатый, морковь, соль, томатное пюре, мало растительное, мука) | 60/30 | 48,38 | 8,39 | 14,74 | 9,53 | 204,69 |
| 302 | Каша гречневая рассыпчатая с маслом растит. (крупа гречневая, соль йодированная, масло растит.) | 150 | 15,00 | 9,02 | 6,69 | 40,81 | 259,18 |
| 377 | Чай с лимоном (чай черный, сахар, лимон св.) | 200 | 7,00 | 0,16 | 0,03 | 10,22 | 43,04 |
| ПР | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.) | 30/20 | 4,10 | 3,75 | 0,61 | 22,42 | 110,40 |
| | Итого: | 726 | 104,43 | 30,55 | 35,09 | 109,51 | 847,17 |
| | Всего: | 1226 | 179,01 | 49,16 | 53,64 | 144,08 | 1345,07 |

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством _____ / _____ /

Утверждаю
 ООО «Школьное питание г.о.Жигулевск»
 Директор С.А.Кустова

Согласовано
 ГБОУ С(О)ОП № 20
 Директор

Меню на «06» ноября 2024г
 Возрастная категория с 7 до 11 лет

3 день цикл. меню(аллергия на рыбу)

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход, г | Цена, руб | Химический состав | | | |
|----------------|---|----------------|---------------|-------------------|--------------|---------------|----------------|
| | | | | белки, г | жиры, г | углеводы, г | ЭЦ, ккал |
| Завтрак | | | | | | | |
| 67 | Винегрет овощной с зеленым горошком | 60 | 12,00 | 0,87 | 6,10 | 4,59 | 75,37 |
| 258 | Мясо духовое(свинина мякоть, раст.масло, картофель, морковь, лук репчатый, мука пшеничная, соль, йодир.) | 40/160 | 55,38 | 14,75 | 11,95 | 2,06 | 294,27 |
| 376 | Чай с сахаром(чай черный, сахар) | 200 | 4,00 | 0,10 | 0,03 | 10,01 | 40,66 |
| ПР | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.) | 20/20 | 3,20 | 2,89 | 0,47 | 17,91 | 87,60 |
| | Итого: | 500 | 74,58 | 18,61 | 18,55 | 34,57 | 497,90 |
| Обед | | | | | | | |
| 183/184 | Борщ "Украинский" с пампушками со сметаной (б/х капуста, картоф., морковь, свекла, лук репч., мясо птицы, томат.пюре, сметана 15 %, зелень, йодир, соль, сахар, к-та лимон., мука пшенич., чеснок, яйцо куриц.) | 200/20/15/10/1 | 29,95 | 9,23 | 13,02 | 26,53 | 229,86 |
| 279/540 | Тефтели из цыплят с соусом красным основным(мясо цыплят, крупа рисовая, яйцо кур., лук репчатый, морковь, соль, томатное пюре, мало растительное, мука) | 60/30 | 48,38 | 8,39 | 14,74 | 9,53 | 204,69 |
| 302 | Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, соль йодированная, масло сливочное) | 150 | 15,00 | 9,02 | 6,69 | 40,81 | 259,18 |
| 377 | Чай с ЛИМОНОМ (чай черный, сахар, лимон св.) | 200 | 7,00 | 0,16 | 0,03 | 10,22 | 43,04 |
| ПР | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.) | 30/20 | 4,10 | 3,75 | 0,61 | 22,42 | 110,40 |
| | Итого: | 736 | 104,43 | 30,55 | 35,09 | 109,51 | 847,17 |
| | Всего: | 1236 | 179,01 | 49,16 | 53,64 | 144,08 | 1345,07 |

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством _____ /