

Утверждаю

МУП "Школа питания" г. Жигулевск

Директор С.А. Кустова



Согласовано

ГБОУ СОУС (О)ОШ № 16

Директор



Меню на "15" декабря 2023г  
Возрастная категория с 7 до 11 лет

5 день цикл, меню

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
<b>Завтрак</b>							
50	Салат из свеклы с сыром <small>отварная, чеснок, сыр, масло растительное</small>	(свекла) 60	13,00	2,84	5,70	4,37	80,59
291	Плов из цыплят <small>(мясо кур, крупа рисовая, морковь, лук репч., раст. масло, соль йодир.)</small>	50/150	47,60	16,85	22,00	41,19	430,77
376	Чай с сахаром <small>чай черный, сахар</small>	200	4,00	0,10	0,03	10,01	40,66
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный <small>(мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)</small>	20/20	3,20	2,89	0,47	17,91	87,60
	<b>Итого:</b>	<b>500</b>	<b>67,80</b>	<b>22,68</b>	<b>28,20</b>	<b>73,48</b>	<b>639,62</b>
<b>Дополнительная витаминизация</b>							
ПР	Десерт фруктовый	100	18,01	0,40	0,40	9,80	47,00

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ /

Утверждено

МУП "Школьное питание" г. Жигулевск  
Директор С.А. КустоваМеню на "15" декабря 2023г  
Возрастная категория с 12 лет и старше

5 день цикла меню

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			ЭЦ, ккал
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	
<b>Завтрак</b>							
50	Салат из свеклы с сыром (отварная, чеснок, сыр, масло растительное)	60	13,00	2,84	5,70	4,37	80,59
291	Плов из цыплят (мясо кур, крупа рисовая, морковь, лук репч., раст. масло, соль йодир.)	70/170	60,80	22,49	27,85	46,68	528,1
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.)	30/25	4,60	4,05	0,66	24,64	120,9
	<b>Итого:</b>	<b>555</b>	<b>82,40</b>	<b>29,48</b>	<b>34,24</b>	<b>85,70</b>	<b>770,25</b>
<b>Обед</b>							
106	Суп картофельный с рыбными консервами (картофель, морковь, лук репч., крупа, раст. масло, укроп зелень, консервы рыбные, йодир. соль)	250/1	23,77	1,75	2,31	14,06	128,03
14 (2002) /331	Голубцы с мясом и рисом (ленивые) в соусе (б/к капуста, мясо говядины, свинины, яйцо куриное, крупа рисовая, соус-томат. поре, сметана 15%, мука пшенич., йодир. соль)	70/50	36,13	7,4	5,48	6,97	107,5
312	Картофельное пюре (картофель, молоко 2,5%, слив. масло 72%, йодир. соль)	180	23,00	3,89	6,68	26,41	181,83
ПР	Пирожок с яблочной начинкой (пшенич. дрожжи, соль йодированная, яблочный джем, молоко, сахар)	30	10,00	2,37	3,57	18,54	115,83
377	Чай с лимоном (чай черный, сахар, лимон св.)	200	6,00	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
	<b>Итого:</b>	<b>831</b>	<b>103,00</b>	<b>19,32</b>	<b>18,68</b>	<b>98,62</b>	<b>686,63</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1386</b>	<b>185,40</b>	<b>48,80</b>	<b>52,92</b>	<b>184,32</b>	<b>1456,88</b>

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством \_\_\_\_\_ /

Утверждаю

МУП "Школьное питание" г.о. Жигулевск

Директор С.А. Кустова



Согласовано

ГБОУ С (О) ОШ № 16

Меню на "15" декабря 2023г



Возрастная категория с 12 лет и старше (детям мобилизованных лиц)

5 день цикла меню

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
<b>Завтрак</b>							
50	Салат из свеклы с сыром (свекла отварная, чеснок, сыр, масло растительное)	60	13,00	2,84	5,70	4,37	80,59
291	Плов из цыплят (мясо кур, крупа рисовая, морковь, лук репч., раст. масло, соль йодир.)	60/180	57,26	20,22	26,4	49,41	516,86
376	Чай с сахаром (чай черный, сахар)	200	4,00	0,10	0,03	10,01	40,66
ГР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/25	4,60	4,05	0,66	24,64	120,9
	<b>Итого:</b>	<b>555</b>	<b>78,86</b>	<b>27,21</b>	<b>32,79</b>	<b>88,43</b>	<b>759,01</b>
<b>Дополнительная витаминизация</b>							
ГР	Десерт фруктовый	100	18,01	0,40	0,40	9,80	47,00
<b>Обед</b>							
106	Суп картофельный с рыбными консервами (картофель, морковь, лук репч., крупа, раст. масло, укроп зелень, консервы рыбные, йодир.)	250/1	23,77	1,75	2,31	14,06	128,03
14 (2002) /331	Голубцы с мясом и рисом (ленивые) в соусе (б/к капуста, мясо говядины, свинины, яйцо куриное, крупа рисовая, соус-томат. пюре, сметана 15%, мука пшенич., йодир. соль)	80/50	41,55	8,45	6,26	7,96	122,85
312	Картофельное пюре (картофель, молоко 2,5 %, слив. масло 72%, йодир. соль)	200	25,00	4,33	7,42	29,34	202,03
ГР	Пирожок с яблочной начинкой (мука пшен. дрожжи, соль йодированная, яблочный джем, молоко, сахар)	30	10,00	2,37	3,57	18,54	115,83
377	Чай с лимоном (чай черный, сахар, лимон св.)	200	6,00	0,16	0,03	10,22	43,04
ГР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/20	4,10	3,75	0,61	22,42	110,40
	<b>Итого:</b>	<b>861</b>	<b>110,42</b>	<b>20,81</b>	<b>20,20</b>	<b>102,54</b>	<b>722,18</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1416</b>	<b>189,28</b>	<b>48,02</b>	<b>52,99</b>	<b>190,97</b>	<b>1 481,19</b>
<b>Дополнительная витаминизация</b>							
ГР	Десерт фруктовый	100	18,01	0,40	0,40	9,80	47,00

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ /