



Утверждаю

МУП "Школьное питание" г.о. Жигулевск

Директор С.А. Кустова



Согласовано

ГБОУ СОШ № 16

Директор

Меню на "24" января 2024г

Возрастная категория с 7 до 11 лет

3 день цикл. меню

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
	Завтрак						
45	Салат из б/к капусты с горошком (капуста б/к, морковь, горошек консервированный, масло растительное, соль йодир.)	60	12,00	0,87	2,05	4,29	37,04
289	Рагу из цыплят (картофель, цыплята, морковь, лук репч., томат. пюре, раст. масло, мука пшеничн., йодир. соль)	50/160	52,38	2,79	7,58	20,74	163,20
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.)	20/20	3,20	2,89	0,47	17,91	87,60
	Итого:	505	74,58	6,71	10,13	53,16	330,88

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством _____ / _____ /

Утверждаю
 МЗУП "Школьное питание" г.о.Жигулевск
 Директор С.А.Кустова

Согласовано
 ГБОУ СОШ № 16
 Директор
 ГБОУ
 лицей № 16
 г.Жигулевска

Меню на "24" января 2024г

Возрастная категория с 7 до 11 лет(детям мобилизованных лиц)

3 день цикл. меню

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
Завтрак							
45	Салат из б/к капусты с горошком(капуста б/к,морковь,горошек консервированный,масло растительное,соль йодир.)	60	12,00	0,87	2,05	4,29	37,04
289	Рагу из цыплят (картофель, цыплята, морковь, лук репч., томат. пюре, раст. масло, мука пшеничн., йодир. соль)	50/160	52,38	15,51	18,53	35,60	312,80
377	Чай с лимоном (чай) (чай) (чай)	200	7,00	0,16	0,03	10,22	43,04
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	20/20	3,20	2,89	0,47	17,91	87,60
Итого:		510	74,58	19,43	21,08	68,02	480,48
Обед							
103/2011	Суп картофельный с мак.изд. и мясными фрикадельками (картофель, лапша, лук репч., морковь, масло растит., мясо говяд., лук репчат., яйцо кур., йодир.сол.,зелень)	200/20/1	29,41	7,00	4,06	16,92	132,51
291	Плов из цыплят (мясо кур., крупа рисовая, лук репчат., морковь, масло растит., томат.пюре, йодир.соль)	60/170	62,92	19,95	26,66	46,67	507,15
349	Компот из смеси сухофруктов (смесь сухофруктов, сахар, лимон. кислота)	200	8,00	0,00	0,00	19,98	79,87
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/20	4,10	3,75	0,61	22,42	110,40
Итого:		701	104,43	30,70	31,33	105,99	829,93
Всего:		1211	179,01	50,13	52,41	174,01	1310,41
Полдник							
ПР	Плюшка "Московская"	50	14,00	4,35	3,17	28,89	161,79
349	Компот из смеси сухофруктов	200	8,00	0,00	0,00	19,98	79,87
ПР	Десерт фруктовый(яблоко)	110	13,86	0,40	0,40	9,80	47,00
		360	35,86	4,75	3,57	58,67	288,66

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством _____ /

Утверждаю

Согласовано

МУП "Школьное питание" г.о. Жигулевск

ГБОУ СОУОШ № 16

Директор С.А.Кустова

Меню на "24" января 2024г

Возрастная категория с 12 лет и старше

3 день цикл. меню

ГБОУ Директор
лицей № 16
г. Жигулевска

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
Завтрак							
45	Салат из б/к капусты с горошком (капуста б/к, морковь, горошек консервированный, масло растительное, соль йодир.)	60	12,00	0,87	2,05	4,29	37,04
289	Рагу из цыплят (картофель, цыплята, морковь, лук репч., томат. поре, раст. масло, мука пшеничн., йодир. соль)	60/180	67,00	3,14	9,64	23,33	193,53
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.)	30/25	4,60	4,05	0,66	24,64	120,9
	Итого:	555	90,60	8,22	12,38	62,48	394,51
Обед							
103/2011	Суп картофельный с мак. изд. и мясными фрикадельками (картофель, лапша, лук репч., морковь, масло растит., мясо говяд., лук репчат., яйцо кур., йодир. сол., зелень)	250/20/1	33,20	7,57	4,65	21,07	156,89
291	Плов из цыплят (мясо кур., крупа рисовая, лук репчат., морковь, масло растит., томат. поре, йодир. соль)	70/170	68,00	22,49	27,85	46,68	528,1
349	Компот из смеси сухофруктов (смесь сухофруктов, сахар, лимон. кислота)	200	8,00	0,00	0,00	19,98	79,87
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/20	4,10	3,75	0,61	22,42	110,40
	Итого:	761	113,30	33,81	33,11	110,15	875,26
	Всего:	1316	203,90	42,03	45,49	172,63	1269,77

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством _____ /

Утверждаю:
 МУП "Школа питания" г.о.Жигулевск
 Директор С.А.Кустова

Согласовано
 ГБОУ С (О)ОШ № 16

Меню на "24" января 2024г

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

3 день цикл-меню

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
45	Салат из б/к капусты с горошком (капуста б/к, морковь, горошек консервированный, масло растительное, соль йодир.)	35	8,15	0,50	1,20	2,50	21,60
289	Рагу из цыплят (картофель, цыплята, морковь, лук репч., томат. пюре, раст. масло, мука пшеничн., йодир. соль)	60/180	67,00	3,14	9,64	23,33	193,53
377	Чай с лимоном (чай)	200	7,00	0,16	0,03	10,22	43,04
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/25	4,60	4,05	0,66	24,64	120,9
	Итого:	530	86,75	7,85	11,53	60,69	379,07
	<i>Обед</i>						
103/2011	Суп картофельный с мак.изд. и мясными фрикадельками (картофель, лапша, лук репч., морковь, масло растит., мясо говяд., лук репчат., яйцо кур., йодир.сол.,зелень)	250/20/1	33,20	7,57	4,65	21,07	156,89
291	Плов из цыплят (мясо кур., крупа рисовая, лук репчат., морковь, масло растит., томат.пюре, йодир.соль)	70/180	70,16	22,49	27,85	46,68	528,1
389	Сок фруктовый (в ассортименте)	200	14,00	0,20	0,26	22,60	92,00
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/20	4,10	3,75	0,61	22,42	110,40
	Итого:	771	121,46	34,01	33,37	112,77	887,39
	Всего:	1301	208,21	41,86	44,90	173,46	1 266,46
	<i>Полдник</i>						
ПР	Плюшка "Московская"	50	14,00	4,35	3,17	28,89	161,79
349	Компот из смеси сухофруктов (смесь сухофруктов, сахар, лимон. кислота)	200	8,00	0,00	0,00	19,98	79,87
ПР	Десерт фруктовый(яблоко)	110	13,86	0,40	0,40	9,80	47,00
ПР	Кондитерское изделие	50	18,27	6,50	4,00	33,50	210,00

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством _____ / _____ /