

Утверждаю
 ООО "Школа питания г.о. Жигулевск"
 Директор _____ С.А.Кустова

Согласовано
 ГБОУ С(О)ОШ №16
 Директор _____

Меню на "10 " сентября 2026 г
 для обучающихся 1 — 4 классов

9 день цикл. меню(молочный белок)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
	Завтрак						
295/540	Котлеты рубленые с соусом красным основным (грудка куриная, пшен. хлеб, вода, пшен. сухари, раст.масло, йодир.соль,томат.пюре,мука пшеничная)	50/40	37,00	12,57	12,46	9,95	176,79
305/136	Рис с овощами на растит.масле (крупа рисовая, морковь, лук репч., раст.масло, растит.масло, йодир. Соль)	180	27,00	3,55	6,68	39,82	165,18
ПР	Витаминный напиток «Витошка»	200	14,00	0,00	0,00	15,00	60,00
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	20/15	4,06	2,60	0,42	15,69	77,10
	Итого:	505	82,06	18,72	19,56	80,46	479,07
	Обед						
88	Щи на бульоне из мяса цыплят, с зеленью (б/к капуста, карт., томат.пюре, морк., лук репч., мясо кур., масло растит.,зелень, йодир.соль)	200/15/10/1	30,00	6,83	11,73	7,81	216,98
243/540	Мясные изделия с соусом красным основным(мяс.изделия, лук репчатый,морковь,соль,томатное пюре,мало растительное, мука пшеничная")	55/40	50,00	9,97	11,68	12,99	138,81
200	Пюре из бобовых (гороха) и картофеля на воде с растит.маслом (картофель, горох лущеный, растит.масло, йодир. Соль)	150	20,00	7,45	8,48	40,76	302,53
376	Чай с сахаром (чай черный, сахар)	200/15	10,00	0,10	0,03	10,01	40,66
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	25/15	4,91	2,86	0,39	18,75	89,95
	Итого:	726	114,91	27,21	32,31	90,32	788,93
	Всего:	1231	196,97	45,93	51,87	170,78	1268,00

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством _____ / _____ Ответственный по питанию _____ / _____