Утверждаю
МУП"Школьное питание"г.о.Жигулевск
Директор_____С.А.Кустова

Согласовано
ГБОУ С(С)ОШ № 10
Директор

**Меню на "22" марта 2024г**
**Возрастная категория с 7 до 11 лет**

**5 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 капустой (капуста б/к,свекла отварная,морковь отварная,горошек консервированный,масло растительное,соль йодированная,картофель | 60 | 10,00 | 0,93 | 6,10 | 4,61 | 75,58 |
| 298/540 | Куриные шарики с сыром с соусом красным основным(мясо цыплят,лук репч.,морковь, соус- томат. пюре, | 60/30 | 40,38 | 11,39 | 15,04 | 9,00 | 217,98 |
| 302 | Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая,соль йодированная,масло | 150 | 15,00 | 9,02 | 6,69 | 40,81 | 259,18 |
| 377 | Чай фруктовый (с/м смородина) (чай черный, сахар, смородина св./мор.) | 200 | 6,00 | 0,16 | 0,05 | 10,45 | 43,30 |
| ПР | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный | 20/20 | 3,20 | 2,89 | 0,47 | 17,91 | 87,60 |
| | **Итого:** | **540** | **74,58** | **24,39** | **28,35** | **82,78** | **683,64** |
| 113/114 | Суп-лапша домашняя на бульоне из мяса цыплят, зеленью (лапша домашняя - мука пшенич., яйца кур., йодир. соль, морковь, лук репч., масло растит., мясо кур., укроп зелень, йод. соль) | 200/15/1 | 19,25 | 9,24 | 8,95 | 29,00 | 233,95 |
| 271/331 | Котлеты домашние,соус сметанный с томатом(говядина,свинина мякоть,пшен.хлеб,сухари,раст.масло,йодиров.соль) | 60/30 | 42,08 | 10,08 | 7,11 | 8,43 | 138,27 |
| 310 | Картофель отварной с растительным маслом, зеленью (картофель, масло растит., соль йодир.,зелень) | 150 | 22,00 | 3,28 | 5,60 | 22,06 | 152,24 |
| 376 | Чай с сахаром ( чай черный, сахар) | 200 | 4,00 | 0,10 | 0,03 | 10,01 | 40,66 |
| ПР | Булочка Десертная (мука пшеничн., раст.масло, дрожжи, соль йодированная, сахар) | 50 | 13,00 | 4,20 | 4,35 | 29,60 | 174,05 |
| ПР | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный | 30/20 | 4,10 | 3,75 | 0,61 | 22,42 | 110,40 |
| | **Итого:** | **756** | **104,43** | **30,65** | **26,65** | **121,52** | **849,57** |
| | **Всего:** | **1296** | **107,63** | **33,54** | **27,12** | **139,43** | **937,17** |

**Продукты не содержат ГМО**

**Заведующий производством**_____/Шаимова/

Утверждаю
МУП"Школьное питание"г.о.Жигулевск
Директор_____С.А.Кустова

Согласовано
ГБОУ С (О)ОШ № 10
Директор_____

**Меню на "22" марта 2024г**

**Возрастная категория с 7 до 11 лет**

**5 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 капустой (капуста б/к,свекла отварная,морковь отварная,горошек консервированный,масло растительное,соль йодированная,картофель | 60 | 10,00 | 0,93 | 6,10 | 4,61 | 75,58 |
| 298/540 | Куриные шарики с сыром с соусом красным основным(мясо цыплят,лук репч.,морковь, соус- томат. пюре, | 60/30 | 40,38 | 11,39 | 15,04 | 9,00 | 217,98 |
| 302 | Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая,соль йодированная,масло сливочное ) | 150 | 15,00 | 9,02 | 6,69 | 40,81 | 259,18 |
| 377 | Чай фруктовый (с/м смородина) | 200 | 6,00 | 0,16 | 0,05 | 10,45 | 43,30 |
| 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** | **15,37** | **21,66** | **41,97** | **424,46** |
| | ***Обед*** | | | | | | |
| 113/114 | Суп-лапша домашняя на бульоне из мяса цыплят, зеленью (лапша домашняя - мука пшенич., яйца кур., йодир. соль, морковь, лук репч., масло растит., мясо кур., укроп зелень, йод. соль) | 200/15/1 | 19,25 | 9,24 | 8,95 | 29,00 | 233,95 |
| 271/331 | Котлеты домашние,соус сметанный с томатом(говядина,свинина мякоть,пшен.хлеб,сухари,раст.масло,йодиров.соль) | 60/30 | 42,08 | 10,08 | 7,11 | 8,43 | 138,27 |
| 312 | Картофельное пюре(картофель,молоко 2,5%,слив.масло 72%,йодир.соль) | 150 | 22,00 | 3,28 | 5,60 | 22,06 | 152,24 |
| 376 | Чай с сахаром ( чай черный, сахар) | 200 | 4,00 | 0,10 | 0,03 | 10,01 | 40,66 |
| ПР | Булочка Десертная (мука пшеничн., раст.масло, дрожжи, соль йодированная, сахар) | 50 | 13,00 | 4,20 | 4,35 | 29,60 | 174,05 |
| ПР | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный | 30/20 | 4,10 | 3,75 | 0,61 | 22,42 | 110,40 |
| | **Итого:** | **756** | **104,43** | **30,65** | **26,65** | **121,52** | **849,57** |
| | **Всего:** | **1256** | **179,01** | **46,02** | **48,31** | **163,49** | **1274,03** |

**Продукты не содержат ГМО**

**Заведующий производством**_____/Максимова/

Утверждаю

МУП"Школьное питание"г.о.Жигулевск

Директор_____С.А.Кустова

Согласовано

ГБОУ С (О)ОШ № 10

Директор

**Меню на "22" марта 2024г**

**Возрастная категория с 12 лет и старше**

**5 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 капустой (капуста б/к,свекла отварная,морковь отварная,горошек консервированный,масло растительное,соль йодированная,картофель | 60 | 10,00 | 0,93 | 6,1 | 4,61 | 75,58 |
| 298/540 | Куриные шарики с сыром с соусом сметанным с томатом(мясо цыплят,сметана,томатн.пюре,сыр,соль,Йод,масло растит.,хлеб | 70/50 | 55,00 | 12,97 | 16,82 | 10,01 | 244,45 |
| 302 | Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая,соль йодированная,масло сливочное ) | 150 | 15,00 | 9,02 | 6,69 | 40,81 | 259,18 |
| 377 | Чай фруктовый (с/м смородина) (чай черный, сахар, смородина св./мор.) | 200 | 6,00 | 0,16 | 0,05 | 10,45 | 43,30 |
| ПР | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.) | 30/25 | 4,60 | 4,05 | 0,66 | 24,64 | 120,9 |
| | **Итого:** | **525** | **90,60** | **26,97** | **30,27** | **80,07** | **700,11** |
| | ***Обед*** | | | | | | |
| 113/114 | Суп-лапша домашняя на бульоне из мяса цыплят, зеленью (лапша домашняя - мука пшенич., яйца кур., йодир. соль, морковь, лук репч., масло растит., мясо кур., укроп зелень, йод. соль) | 250/15/1 | 22,12 | 9,24 | 8,95 | 29,00 | 233,95 |
| 271/331 | Котлеты домашние,соус сметанный с томатом(говядина,свинина мякоть,пшен.хлеб,сухари,раст.масло,йодиров.соль) | 60/50 | 45,08 | 10,41 | 7,88 | 9,82 | 152,20 |
| 312 | Картофельное пюре(картофель,молоко 2,5%,слив.масло 72%,йодир.соль) | 170 | 25,00 | 3,72 | 6,35 | 25,00 | 172,50 |
| 376 | Чай с сахаром ( чай черный, сахар) | 200 | 4,00 | 0,10 | 0,03 | 10,01 | 40,66 |
| ПР | Булочка Десертная (мука пшеничн., раст.масло, дрожжи, соль йодированная, сахар) | 50 | 13,00 | 4,20 | 4,35 | 29,60 | 174,05 |
| ПР | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.) | 30/20 | 4,10 | 3,75 | 0,61 | 22,42 | 110,40 |
| | **Итого:** | **856** | **113,30** | **31,42** | **28,17** | **125,85** | **883,76** |
| | **Всего:** | **1381** | **203,90** | **58,39** | **58,44** | **205,92** | **1583,87** |

**Продукты не содержат ГМО**

**Заведующий производством**_____/Максимова/