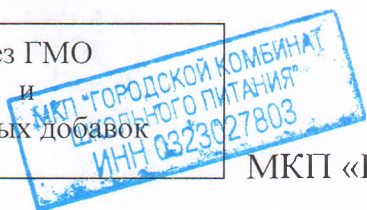


Без ГМО

и
пищевых добавок



МКП «Городской комбинат школьного питания»

М Е Н Ю школы № _____

С 29.11.2021-03.12.2021 года

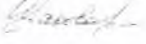


Б	Ж	У	ЭЦ ккал	№ ТТК	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб.
29 ноября 2021							
Завтрак 7-11 лет							
7,44	15,87	38,37	326	527	Каша молочная Боярская (пшено, молоко 3,2%, сахар-песок, изюм, соль йод., масло слив.)	180	26,19
6,89	6,2	15,3	147	1017	Бутерброд с сыром (сыр Российский, хлеб пшеничн.)	20/30	13,62
2,36	2,23	16,8	96,7	986	Какао-напиток (какао порошок, молоко, сахар)	200	7,66
3,15	1,05	44,1	201		Банан	210	32,53
19,84	25,35	114,57	770,7		Итого	640	80,00
Льготное питание							80,00
Завтрак 12 лет и старше							
8,27	17,63	42,63	362	527	Каша молочная Боярская (пшено, молоко 3,2%, сахар-песок, изюм, соль йод., масло слив.)	200	29,10
6,89	6,2	15,3	147	1017	Бутерброд с сыром (сыр Российский, хлеб пшеничн.)	20/30	13,62
2,36	2,23	16,8	96,7	986	Какао-напиток (какао порошок, молоко, сахар)	200	7,66
3,36	1,12	47,04	215		Банан	224	34,62
20,88	27,18	121,7	820,7		Итого	674	85,00
Льготное питание							85,00
Обед 7-11 лет							
0,42	0,06	1,14	6,6	982	Закуска порционная (огурцы свежие)	60	18,54
6,3	7,4	10,7	135,4	694/998	Суп лапша-домашняя с фаршем (говядина, лапша домашн., лук репч., морковь, масло растит., соль йодир.)	15/250	21,77
14,5	12,8	35,84	188	224	Фрикадельки Удинские с соусом (говядина, молоко, лук репч., яйцо) 65/30	95	43,31
6,6	5,4	41,5	241	310	Гарнир Забава (крупа рисовая, крупа гречневая, масло слив., соль йод.)	180	10,31
0,05	0,02	9,1	56	432	Чай с лимоном (чай, сахар-песок, лимон)	200/4	2,78
2,02	0,27	13,77	67,5	-	Хлеб пшеничный йодированный	27	1,84
1,65	0,3	9,9	49,5	-	Хлеб ржаной	25	1,45
31,54	26,25	89,95	744		Итого	856	100,00
Льготное питание							100,00
Обед 12 лет и старше							
0,7	0,1	1,9	11	982	Закуска порционная (огурцы свежие)	100	30,90
8,2	9,6	13,4	173,2	694/998	Суп лапша-домашняя с фаршем (говядина, лапша домашн., лук репч., морковь, масло растит., соль йодир.)	15/250	21,77
15,6	13,7	4	201	224	Фрикадельки Удинские с соусом (говядина, молоко, лук репч., яйцо) 70/30	100	46,55
6,6	5,4	41,5	241	310	Гарнир Забава (крупа рисовая, крупа гречневая, масло слив., соль йод.)	180	10,31
0,05	0,02	9,1	56	432	Чай с лимоном (чай, сахар-песок, лимон)	200/4	2,78
1,72	0,23	11,73	57,5	-	Хлеб пшеничный йодированный	23	1,53
1,98	0,36	11,88	39	-	Хлеб ржаной	20	1,16
34,85	29,41	93,51	778,7		Итого	892	115,00
Льготное питание							115,00
30 ноября 2021							
Завтрак 7-11 лет							
0,33	0,06	1,14	7,2	982	Закуска порционная (помидоры свежие)	30	7,79
10,3	25,4	0,44	273	636	Сосиска отварная с маслом (сосиска молочная, масло слив.)	100/5	50,57
5,30	3,93	32,73	187,5	307	Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, масло сл., соль йодир.)	150	6,75
0,15	0,11	18,28	74,7	692	Компот из свежих груш с витамином С (груши, сахар-песок,	200	12,74

					аскорбиновая кислота)		
2,4	0,32	16,3	80	-	Хлеб пшеничный йодированный	32	2,15
18,48	29,82	68,89	622,4		Итого	517	80,00
					Льготное питание		80,00
					<u>Завтрак 12 лет и старше</u>		
0,49	0,09	1,71	10,8	982	Закуска порционная (помидоры свежие)	45	11,68
10,3	25,4	0,44	273	636	Сосиска отварная с маслом (сосиска молочная, масло слив.)	100/5	50,57
6,3	4,7	39,2	225	307	Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, масло сл., соль йодир.)	180	8,10
0,15	0,11	18,28	74,7	692	Компот из свежих груш с витамином С (груши, сахар-песок, аскорбиновая кислота)	200	12,74
2,1	0,28	14,28	70	-	Хлеб пшеничный йодированный	28	1,91
19,34	30,58	73,91	653,5		Итого	558	85,00
					Льготное питание		85,00
					<u>Обед 7-11 лет</u>		
4,2	6,1	6,6	98,8	197/998	Щи из свежей капусты с фаршем (говядина, картофель, капуста, морковь, лук репч., томат паста, масло раст., соль йод.)	15/250	21,17
8,4	10,8	8,01	163	1029	Котлета Мечта с соусом (минтай, свинина, хлеб пш, молоко, лук репч., сухари панир., масло растит., соус белый основной) 60/30	90	21,29
3,06	4,4	20,04	132	371	Пюре картофельное (картофель, молоко, масло слив., соль йод.)	150	14,19
0	0	18,6	74	1014	Напиток с витаминами «Витошка» (смесь сухая с витаминами, вода)	200	6,67
1,875	0,25	12,75	62,5	-	Хлеб пшеничный йодированный	25	1,73
1,65	0,3	9,9	49,5	-	Хлеб ржаной	25	1,45
3,24	1,08	45,3	207	-	Банан	216	33,50
22,425	22,93	121,2	786,8		Итого	971	100,00
					Льготное питание		100,00
					<u>Обед 12 лет и старше</u>		
4,2	6,1	6,6	98,8	197/998	Щи из свежей капусты с фаршем (говядина, картофель, капуста, морковь, лук репч., томат паста, масло раст., соль йод.)	15/250	21,17
13,9	17,2	12,6	262	1029	Котлета Мечта с соусом (минтай, свинина, хлеб пш, молоко, лук репч., сухари панир., масло растит., соус белый основной) 100/30	130	34,96
3,6	5,3	24,05	158	371	Пюре картофельное (картофель, молоко, масло слив., соль йод.)	180	17,03
0	0	18,6	74	1014	Напиток с витаминами «Витошка» (смесь сухая с витаминами, вода)	200	6,67
1,875	0,25	12,75	62,5	-	Хлеб пшеничный йодированный	25	1,73
1,65	0,3	9,9	49,5	-	Хлеб ржаной	25	1,45
3,1	1,03	43,4	198	-	Банан	207	31,99
28,325	30,18	127,9	902,8		Итого	1032	115,00
					Льготное питание		115,00
					1 декабря 2021		
					<u>Завтрак 7-11 лет</u>		
13,199	10,79	1,89	157	224	Фрикадельки Удинские (говядина, молоко, лук репч., яйцо)	60	38,84
4,3	15	29	269,7	309	Перловка с овощами (крупа перловая, морковь, лук репч., масло растит., томат паста, масло слив., соль йодир.)	150	10,92
0,4	0,8	25,5	105	435	Компот из изюма с витамином С (изюм, сахар-песок, лимон кислота)	200	6,85
1,875	0,25	12,75	62,5	-	Хлеб пшеничный йодированный	25	1,73
0,68	0,68	16,8	80	-	Яблоко	172	21,66
20,454	27,52	85,94	674,2		Итого	607	80,00
					Льготное питание		80,00
					<u>Завтрак 12 лет и старше</u>		
15,3	12,5	2,2	183	224	Фрикадельки Удинские (говядина, молоко, лук репч., яйцо)	70	45,32
4,9	17	33	305,7	309	Перловка с овощами (крупа перловая, морковь, лук репч., масло растит., томат паста, масло слив., соль йодир.)	170	12,38
0,4	0,8	25,5	105	435	Компот из изюма с витамином С (изюм, сахар-песок, лимон кислота)	200	6,85

1,875	0,25	12,75	62,5	-	Хлеб пшеничный йодированный	25	1,73
0,59	0,59	14,6	70	-	Яблоко	149	18,72
23,065	31,14	88,05	726,2		Итого	614	85,00
					Льготное питание		85,00
					Обед 7-11 лет		
4,18	8,42	16,23	157,5	17	Уха Рыбацкая (картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное, масло сливочное, сайра)	15/250	19,56
15,4	25,2	39,5	447	523	Плов из говядины с овощами (говядина, крупа рисовая, морковь, лук репч., томат, масло подсолн., соль йодир)	40/150	55,39
0,05	0,02	9,1	37	663	Чай с сахаром (чай, сахар-песок)	200	1,27
1,875	0,25	12,75	62,5	-	Хлеб пшеничный йодированный	25	1,73
1,65	0,3	9,9	49,5	-	Хлеб ржаной	25	1,45
0,65	0,65	15,9	76	-	Яблоко	163	20,60
23,805	34,84	103,38	829,5		Итого	868	100,00
					Льготное питание		100,00
					Обед 12 лет и старше		
4,18	8,42	16,23	157,5	17	Уха Рыбацкая (картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное, масло сливочное, сайра)	15/250	19,56
21,6	31,8	44,7	552	523	Плов из говядины с овощами (говядина, крупа рисовая, морковь, лук репч., томат, масло подсолн., соль йодир)	60/170	72,16
0,05	0,02	9,1	37	663	Чай с сахаром (чай, сахар-песок)	200	1,27
1,875	0,25	12,75	62,5	-	Хлеб пшеничный йодированный	25	1,73
1,65	0,3	9,9	49,5	-	Хлеб ржаной	25	1,45
0,6	0,6	14,7	70	-	Яблоко	150	18,83
29,955	41,39	107,38	928,5		Итого	895	115,00
					Льготное питание		115,00
					2 декабря 2021		
					Завтрак 7-11 лет		
27,2	10,8	30,5	328	342	Запеканка из творога со сгущ молоком (творог, крупа манная, сахар-песок, яйцо куриное, масло слив., сухари панир., молоко сгущ)	130/20	46,07
1,875	0,25	12,75	62,5	-	Хлеб пшеничный йодированный	25	1,73
0,19	0,04	0,03	1,33	1009	Чай без сахара	200	0,57
3,03	1,01	42,4	193	-	Банан	204	31,63
32,295	12,1	85,68	584,83		Итого	579	80,00
					Льготное питание		80,00
					Завтрак 12 лет и старше		
29,5	11,9	34,8	365	342	Запеканка из творога со сгущ молоком (творог, крупа манная, сахар-песок, яйцо куриное, масло слив., сухари панир., молоко сгущ)	140/25	50,83
1,875	0,25	12,75	62,5	-	Хлеб пшеничный йодированный	25	1,73
0,19	0,04	0,03	1,33	1009	Чай без сахара	200	0,57
3,09	1,03	43,26	197	-	Банан	206	31,87
34,655	13,22	90,84	625,83		Итого	596	85,00
					Льготное питание		85,00
					Обед 7-11 лет		
7,2	10,6	18	197	157	Суп картофельный с бобовыми, с п/к колбасой (картофель, горох, морковь, лук репч., масло раст., п/к колбаса)	15/250	15,20
12,3	18,1	5,1	233	551	Бефстроганов (говядина, лук репч., масло растит., мука пш., сметана, соль йодир) 40/50	90	47,58
4,4	4,4	19,5	136	676	Гарнир каша гречневая вязкая (крупа гречневая, масло сливочное, соль йод)	150	7,47
0,38	0,13	18,2	75	667	Напиток из шиповника (шиповник, лимон, сахар-песок)	200	5,79
1,875	0,25	12,75	62,5	-	Хлеб пшеничный йодированный	25	1,73
1,65	0,3	9,9	49,5	-	Хлеб ржаной	25	1,45
0,66	0,66	16,1	77	-	Яблоко	165	20,78
28,465	34,44	99,55	830		Итого	920	100,00

					Льготное питание		100,00
					Обед 12 лет и старше		
7,2	10,6	18	197	157	Суп картофельный с бобовыми, с п/к колбасой (картофель, горох, морковь, лук репч., масло раст., п/к колбаса)	15/250	15,20
15	20,3	5,1	264	551	Бефстроганов (говядина, лук репч., масло растит., мука пш., сметана, соль йодир.) 50/50	100	57,46
5,3	5,3	23,4	163	676	Гарнир каша гречневая вязкая (крупа гречневая, масло сливочное, соль йод.)	180	8,97
0,38	0,13	18,2	75	667	Напиток из шиповника (шиповник, лимон, сахар-песок)	200	5,79
3	0,4	22,4	100	-	Хлеб пшеничный йодированный	40	2,68
1,65	0,3	9,9	49,5	-	Хлеб ржаной	25	1,45
0,74	0,74	18,2	87	-	Яблоко	186	23,45
33,27	37,77	115,2	935,5		Итого	996	115,00
					Льготное питание		115,00
					3 декабря 2021		
					Завтрак 7- 11 лет		
11,2	17,9	6,4	233	252	Сеченники Посольские с маслом (минтай, хлеб, лук репч., масло раст., молоко, яйцо, мука пшен., соль йод., масло слив.)	75/10	30,22
3,06	4,4	20,04	132	371	Пюре картофельное (картофель, молоко, масло слив., соль йод.)	150	14,19
0,34	0,04	14,6	60,4	977	Чай с медом (чай, мед)	200/20	12,84
1,875	0,25	12,75	62,5	-	Хлеб пшеничный йодированный	25	1,73
0,66	0,66	16,3	78	-	Яблоко	167	21,02
17,135	23,25	70,09	565,9		Итого	647	80,00
					Льготное питание		80,00
					Завтрак 12 лет и старше		
11,2	17,9	6,4	233	252	Сеченники Посольские с маслом (минтай, хлеб, лук репч., масло раст., молоко, яйцо, мука пшен., соль йод., масло слив.)	75/10	30,22
3,6	5,3	24,05	158	371	Пюре картофельное (картофель, молоко, масло слив., соль йод.)	180	17,03
0,34	0,04	14,6	60,4	977	Чай с медом (чай, мед)	200/20	12,84
1,875	0,25	12,75	62,5	-	Хлеб пшеничный йодированный	25	1,73
0,73	0,73	18,03	86	-	Яблоко	184	23,18
17,745	24,22	75,83	599,9		Итого	694	85,00
					Льготное питание		85,00
					Обед 7-11 лет		
0,66	0,12	2,28	14	982	Закуска порционная (помидоры свежие)	60	15,57
5,04	7,3	16,2	151	167/998	Рассольник Ленинградский с фаршем (говядина, крупа перловая, картофель, морковь, лук репч., томат паста, масло подсолн., огурцы солен., соль йод.)	10/250	20,21
10,3	25,4	0,44	279,4	636	Сосиски молочные отварные с маслом (сосиски молочные, масло слив.)	100/4	49,97
5,25	3,90	32,7	187	307	Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, масло сл., соль йодир.)	150	6,75
0,57	0,07	24	99,36	611	Компот из сухофруктов с витамином С (сухофрукты, сахар-песок, витамин С.)	200	4,45
2,1	0,28	14,2	70	-	Хлеб пшеничный йодированный	28	1,89
1,98	0,36	11,88	39	-	Хлеб ржаной	20	1,16
25,9	37,43	101,7	839,76		Итого	822	100,00
					Льготное питание		100,00
					Обед 12 лет и старше		
1,1	0,2	3,8	24	982	Закуска порционная (помидоры свежие)	100	25,96
5,04	7,3	16,2	151	167/998	Рассольник Ленинградский с фаршем (говядина, крупа перловая, картофель, морковь, лук репч., томат паста, масло подсолн., огурцы солен., соль йод.)	10/250	20,21
11,07	30,4	0,51	320	636	Сосиски молочные отварные с маслом (сосиски молочные, масло слив.)	100/9	52,94
6,3	4,7	39,2	225	307	Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, масло сл., соль йодир.)	180	8,10
0,57	0,07	24	99,36	611	Компот из сухофруктов с витамином С (сухофрукты, сахар-песок, витамин С.)	200	4,45
2,1	0,28	14,2	70	-	Хлеб пшеничный йодированный	28	1,89

1,65	0,3	9,9	49,5	-	Хлеб ржаной	25	1,45
27,83	43,25	107,81	938,86		Итого	902	115,00
					Льготное питание		115,00

ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР  А.М.ШАХОВА
 КАЛЬКУЛЯТОР  Т.Ю.ЛЫКОВА
 ЗАВ ПРОИЗВОДСТВОМ 

<http://комбинат-уу.рф>