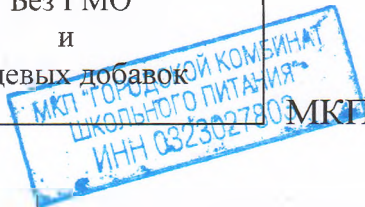


Без ГМО

и

пищевых добавок



МКН «Городской комбинат школьного питания»

М Е Н Ю школы № _____

С 13.12.2021-17.12.2021 года



Б	Ж	У	ЭЦ ккал	№ ТТК	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб.
13 декабря							
Завтрак 7-11 лет							
4,7	4,04	0,25	56,5	776	Яйцо вареное	1 шт.	9,44
4,24	5,3	29,5	183	898	Каша молочная рисовая с маслом (крупа рисовая, молоко, сахар-песок, соль йод., масло слив.)	150/4	12,55
9,14	16,38	14,4	245	1017	Бутерброд с сыром и маслом (сыр Российский, масло слив., хлеб пшеничн.)	30/10/30	25,39
1,81	1,6	13,2	75	986	Какао-напиток (какао порошок, молоко, сахар)	200	7,66
5,8	6,4	9,4	120	-	Молоко питьевое в потребительской упаковке	1/200	24,96
25,69	33,72	66,75	679,5		Итого	664	80,00
Льготное питание							80,00
Завтрак 12 лет и старше							
4,7	4,04	0,25	56,5	776	Яйцо вареное	1 шт.	9,44
5,67	7,6	39,4	249	898	Каша молочная рисовая с маслом (крупа рисовая, молоко, сахар-песок, соль йод., масло слив.)	200/7	17,55
9,14	16,38	14,4	245	1017	Бутерброд с сыром и маслом (сыр Российский, масло слив., хлеб пшеничн.)	30/10/30	25,39
1,81	1,6	13,2	75	986	Какао-напиток (какао порошок, молоко, сахар)	200	7,66
5,8	6,4	9,4	120	-	Молоко питьевое в потребительской упаковке	1/200	24,96
27,12	36,02	76,65	745,5		Итого	717	85,00
Льготное питание							85,00
Обед 7-11 лет							
3,71	8	9,99	127	1005	Солянка Деревенская (колбаса п/к, колбаса вареная, крупа пшено, лук репч., морковь, огурцы соленные, масло подсолн., соль йодир., томат. паста)	15/250	16,47
13,82	16,47	7,63	234	209	Кюфта по-московски с соусом (говядина, яйцо, лук репч., соль йодир., крупа рисовая, мука пшен., масло растит.) 70/30	100	42,19
4,4	3,93	25,33	187	307	Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, масло сл.)	150	6,75
0,22	0,05	13,7	56	432	Чай с лимоном (чай, лимон, сахар-песок)	200/4	2,78
1,875	0,25	12,75	62,5	-	Хлеб пшеничный йодированный	25	1,68
1,98	0,36	11,88	39	-	Хлеб ржаной	20	1,12
0,6	0,45	15,5	71		Груша свежая	151	29,01
26,605	29,51	96,78	776,5		Итого	915	100,00
Льготное питание							100,00
Обед 12 лет и старше							
3,71	8	9,99	127	1005	Солянка Деревенская (колбаса п/к, колбаса вареная, крупа пшено, лук репч., морковь, огурцы соленные, масло подсолн., соль йодир., томат. паста)	15/250	16,47
17,7	20,86	9,3	294	209	Кюфта по-московски с соусом (говядина, яйцо, лук репч., соль йодир., крупа рисовая, мука пшен., масло растит.) 90/30	120	53,89
6,3	4,7	39,2	225	307	Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, масло сл.)	200	9,00
0,22	0,05	13,7	56	432	Чай с лимоном (чай, лимон, сахар-песок)	200/4	2,78
1,875	0,25	12,75	62,5	-	Хлеб пшеничный йодированный	25	1,68
1,65	0,3	9,9	49,5	-	Хлеб ржаной	25	1,40
0,62	0,46	15,9	73		Груша свежая	155	29,78
32,075	34,62	110,74	887		Итого	994	115,00
Льготное питание							115,00
14 декабря							
Завтрак 7-11 лет							
11,06	10,8	5,51	164	252	Сеченики Посольские (горбуша, хлеб пш., лук репч., молоко, яйцо, мука пшен., масло растит., соль йодир., масло сл.)	65	22,62
3,06	4,43	20,04	132	371	Пюре картофельное (картофель, молоко т/п, масло сл.)	150	18,72
0,38	0,13	18,2	75,6	667	Напиток из шиповника (шиповник, лимон, сахар-песок)	200	5,79
1,875	0,25	12,75	62,5	-	Хлеб пшеничный йодированный	25	1,68
0,64	0,48	16,6	76		Груша	162	31,19
17,015	16,09	73,1	510,1		Итого	602	80,00

					Льготное питание		80,00
					<u>Завтрак 12 лет и старше</u>		
11,06	10,8	5,51	164	252	Сеченики Посольские (горбуша, хлеб пш., лук репч., молоко, яйцо, мука пшен., масло растит., соль йодир., масло сл.)	65	22,62
3,68	5,32	24	158	371	Пюре картофельное (картофель, молоко т/п, масло .сл.)	180	22,47
0,38	0,13	18,2	75,61	667	Напиток из шиповника (шиповник, лимон, сахар-песок)	200	5,79
3	0,4	20,4	100	-	Хлеб пшеничный йодированный	40	2,69
0,65	0,49	16,8	77		Груша	164	31,43
18,77	17,14	84,91	574,61		Итого	649	85,00
					Льготное питание		85,00
					<u>Обед 7-11 лет</u>		
10,6	9,45	17,7	198	157/998	Суп картофельный с бобовыми, с фаршем (картофель, горох, морковь, лук репч., масло раст., говядина)	20/250	27,92
9,41	13,9	8,3	196	264	Котлета Домашняя с соусом 70/20 (говядина, свинина, лук репч., сухари панир., яйцо, хлеб пшен., соль йод., масло подсолн., соус красн. осн)	90	29,88
8,2	5,3	35,9	224,6	632	Гарнир каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, масло сливочное, соль йод.)	150	13,04
0,02	0	29,1	116	437	Кисель из концентрата с вит С (концентрат, сахар, аскорб кислота)	200	7,13
1,875	0,25	12,75	62,5	-	Хлеб пшеничный йодированный	25	1,68
1,98	0,36	11,88	39	-	Хлеб ржаной	20	1,12
0,61	0,61	15	72		Яблоко свежее	153	19,23
33,005	29,49	124,25	879,1		Итого	908	100,00
					Льготное питание		100,00
					<u>Обед 12 лет старше</u>		
10,6	9,45	17,7	198	157/998	Суп картофельный с бобовыми, с фаршем (картофель, горох, морковь, лук репч., масло раст., говядина)	20/250	27,92
12,95	20,2	11,66	281	264	Котлета Домашняя с соусом 95/30 (говядина, свинина, лук репч., сухари панир., яйцо, хлеб пшен., соль йод., масло подсолн., соус красн. осн)	125	40,67
9,85	6,42	43,09	269	632	Гарнир каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, масло сливочное, соль йод.)	180	15,64
0,02	0	29,1	116	437	Кисель из концентрата с вит С (концентрат, сахар, аскорб кислота)	200	7,13
1,875	0,25	12,75	62,5	-	Хлеб пшеничный йодированный	25	1,68
1,65	0,3	9,9	49,5	-	Хлеб ржаной	25	1,40
0,65	0,65	15,9	77		Яблоко свежее	163	20,56
37,595	37,27	140,1	1053		Итого	988	115,00
					Льготное питание		115,00
					15 декабря		
					<u>Завтрак 7-11 лет</u>		
7,3	11	36	274	515	Каша молочная пшеничная с маслом (пшено, молоко 3,2%, сахар-песок, соль йод., масло слив.)	180/10	17,28
31,25	13,13	41,1	408	342	Запеканка из творога со сгущ молоком (творог, крупа манная, сахар-песок, яйцо куриное, масло слив., сухари панир., молоко сгущ)	145/35	55,85
2,1	0,28	14,28	70	-	Хлеб пшеничный йодированный	28	1,91
1,55	1,45	2,17	28	603	Чай с молоком (чай, молоко)	200	4,96
42,2	25,86	93,55	780		Итого	598	80,00
					Льготное питание		80,00
					<u>Завтрак 12 лет и старше</u>		
8,21	11,51	40,11	296,7	515	Каша молочная пшеничная с маслом (пшено, молоко 3,2%, сахар-песок, соль йод., масло слив.)	200/10	18,54
32,6	13,9	44,6	434	342	Запеканка из творога со сгущ молоком (творог, крупа манная, сахар-песок, яйцо куриное, масло слив., сухари панир., молоко сгущ)	150/40	59,11
2,7	0,36	18,36	90	-	Хлеб пшеничный йодированный	36	2,39
1,55	1,45	2,17	28	603	Чай с молоком (чай, молоко)	200	4,96
45,06	27,22	105,24	848,7		Итого	636	85,00
					Льготное питание		85,00
					<u>Обед 7-11 лет</u>		
0,66	0,12	2,28	14	982	Закуска порционная (помидоры свежие)	60	15,57
6,9	5,97	19,07	157	983/998	Суп картофельный с макаронными изделиями, с фаршем (говядина, картофель, лапша Роллтон, морковь, лук репч., соль йодир., масло растит.)	15/250	26,14
11,55	13,3	3,03	178	550	Гуляш мясной (говядина, лук репч., томат паста, масло раст., мука пш., соль йод.) 40/50	90	42,21
5,76	5,43	39,41	229	585	Перловка отварная (крупа перловая, масло слив., соль йод.)	180	6,47
0,3	0,08	12,8	53,3	621	Чай с вареньем (чай, варенье)	200/20	6,05

2,32	0,31	15,81	77,5	-	Хлеб пшеничный йодированный	31	2,05
1,78	0,32	10,6	53	-	Хлеб ржаной	27	1,51
29,27	25,53	103	761,8		Итого	873	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
6,9	5,97	19,07	157	983/998	Суп картофельный с макаронными изделиями, с фаршем (говядина, картофель, лапша Роллтон, морковь, лук репч., соль йодир., масло растит.)	15/250	26,14
15,7	15,4	3,3	215	550	Гуляш мясной (говядина, лук репч., томат паста, масло раст., мука пш. соль йод.) 45/55	100	47,41
5,76	5,43	39,41	229	585	Перловка отварная (крупа перловая, масло слив., соль йод.)	180	6,47
0,3	0,08	12,8	53,3	621	Чай с вареньем (чай, варенье)	200/20	6,05
2,1	0,28	14,28	70	-	Хлеб пшеничный йодированный	28	1,85
1,98	0,36	11,88	39	-	Хлеб ржаной	20	1,12
33,84	27,72	104,54	787,3		Итого	913	115,00
					Льготное питание		115,00
					16 декабря		
					Завтрак 7- 11 лет		
13,58	15,36	5,84	215	209	Кюфта по-московски (говядина, яйцо, лук репч., крупа рисовая, мука пшен., масло растит., соль йодир.)	70	40,96
5,3	3,9	32,7	187,5	307	Макаронные изделия отварные (макарон. изд., масло слив., соль йодир.)	150	6,75
0,29	0,12	21,3	79	645	Компот из свежих яблок и изюма с вит С (яблоки св., изюм, сахар-песок, лимон. кислота, аскорб. кислота)	180	6,99
1,57	0,21	10,71	52,5	-	Хлеб пшеничный йодированный	21	1,42
3	2,5	11	158	-	Йогурт питьевой	1/200	23,88
23,74	22,09	81,55	692		Итого	621	80,00
					Льготное питание		80,00
					Завтрак 12 лет и старше		
13,6	18,9	5,91	249	209	Кюфта по-московски с маслом (говядина, яйцо, лук репч., крупа рисовая, мука пшен., масло растит., соль йодир.)	70/4	43,57
6,3	4,7	39,2	225	307	Макаронные изделия отварные (макарон. изд., масло слив., соль йодир.)	180	8,10
0,29	0,12	21,3	87,8	645	Компот из свежих яблок и изюма с вит С (яблоки св., изюм, сахар-песок, лимон. кислота, аскорб. кислота)	200	7,77
1,875	0,25	12,75	62,5	-	Хлеб пшеничный йодированный	25	1,68
3	2,5	11	158	-	Йогурт питьевой	1/200	23,88
25,065	26,47	90,16	782,3		Итого	679	85,00
					Льготное питание		85,00
					Обед 7-11 лет		
6,1	7,9	12,7	147,1	165/998	Борщ из свежей капусты с картофелем, с фаршем (говядина, картофель, капуста, морковь, лук репч., томат паста, масло раст., соль йод.)	15/250	22,51
12,68	12,9	11,9	215	973	Котлеты из индейки с соусом белым основным (филе индейки, хлеб пшен., масло слив., соль йод., соус белый осн.)	75/30	36,39
3,1	4,1	31,5	176	552	Рис отварной (крупа рисовая, масло слив., соль йод.)	150	8,90
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	1,68
1,98	0,36	11,88	39	-	Хлеб ржаной	20	1,12
0,98	0,24	9,2	46		Мандарин	151	28,13
26,765	25,77	99,03	722,6		Итого	916	100,00
					Льготное питание		100,00
					Обед 12 лет и старше		
6,1	7,9	12,7	147,1	165/998	Борщ из свежей капусты с картофелем, с фаршем (говядина, картофель, капуста, морковь, лук репч., томат паста, масло раст., соль йод.)	15/250	22,51
15,2	15,5	14,3	258	973	Котлеты из индейки с соусом белым основным (филе индейки, хлеб пшен., масло слив., соль йод., соус белый осн.)	90/30	43,52
4,3	5,7	43,7	243,8	552	Рис отварной (крупа рисовая, масло слив., соль йод.)	200	11,87
0,05	0,02	9,1	37	663	Чай с сахаром (чай, сахар-песок)	200	1,27
2,25	0,3	15,3	75	-	Хлеб пшеничный йодированный	30	2,01
2,48	0,45	14,85	48	-	Хлеб ржаной	25	1,40
0,98	0,24	9,2	46		Мандарин	174	32,42
31,36	30,11	119,15	854,9		Итого	1014	115,00
					Льготное питание		115,00

17 декабря							
Завтрак 7- 11 лет							
10,14	10,3	9,53	172	973	Биточки рубленные из индейки с соусом белым основным (филе индейки, хлеб пшен., масло слив., соль йод., соус белый осн.)	60/30	29,27
8,2	5,3	35,9	224,6	632	Гарнир каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, масло сливочное, соль йод.)	150	13,04
0,57	0,07	24	99	611	Компот из сухофруктов с вит С (смесь сухофруктов, сахар-песок, лимон. кислота)	200	4,45
1,875	0,25	12,75	62,5	-	Хлеб пшеничный йодированный	25	1,68
3,03	1,01	42,42	193		Банан	204	31,56
23,815	16,93	124,6	751,1		Итого	669	80,00
					Льготное питание		80,00
Завтрак 12 лет и старше							
10,14	10,3	9,53	172	973	Биточки рубленые из индейки с соусом белым основным (филе индейки, хлеб пшен., масло слив., соль йод., соус белый осн.)	60/30	29,27
9,85	6,42	43,09	269	632	Гарнир каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, масло сливочное, соль йод.)	180	15,64
0,57	0,07	24	99	611	Компот из сухофруктов с вит С (смесь сухофруктов, сахар-песок, лимон. кислота)	200	4,45
1,875	0,25	12,75	62,5	-	Хлеб пшеничный йодированный	25	1,68
3,28	1,09	45,9	210		Банан	219	33,96
25,715	18,13	135,27	812,5		Итого	714	85,00
					Льготное питание		85,00
Обед 7-11 лет							
5,95	7,95	8,3	128	197/998	Щи из свежей капусты с фаршем (говядина, картофель, капуста, морковь, лук репч., томат паста, масло раст., соль йод.)	15/250	22,02
15,3	14,05	10,4	229	251a	Котлета Мечта (горбуша, свинина, хлеб пш, молоко, лук репч., сухари панир., масло растит.)	90	34,35
3,06	4,43	20,0	132	371	Пюре картофельное (картофель, молоко, масло слив., соль йод.)	150	18,72
0,38	0,13	18,2	75,6	667	Напиток из шиповника (шиповник, лимон, сахар-песок)	200	5,79
2,17	0,29	14,79	72,5	-	Хлеб пшеничный йодированный	29	1,94
1,98	0,36	11,88	39	-	Хлеб ржаной	20	1,12
0,51	0,51	12,45	59		Яблоко свежее	127	16,06
29,35	27,72	96,02	735,1		Итого	881	100,00
					Льготное питание		100,00
Обед 12 лет и старше							
5,95	7,95	8,3	128	197/998	Щи из свежей капусты с фаршем (говядина, картофель, капуста, морковь, лук репч., томат паста, масло раст., соль йод.)	15/250	22,02
17,02	15,61	11,6	255	251a	Котлета Мечта (горбуша, свинина, хлеб пш, молоко, лук репч., сухари панир., масло растит.)	100	38,16
4,08	5,91	26,7	176	371	Пюре картофельное (картофель, молоко, масло слив., соль йод.)	200	24,97
0,38	0,13	18,2	75,6	667	Напиток из шиповника (шиповник, лимон, сахар-песок)	200	5,79
3	0,32	17	80	-	Хлеб пшеничный йодированный	30	2,01
1,65	0,3	9,9	49,5	-	Хлеб ржаной	25	1,40
0,64	0,64	15,87	76		Яблоко свежее	163	20,65
32,72	30,86	107,57	840,1		Итого	983	115,00
					Льготное питание		115,00

ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР

А.М.ШАХОВА

КАЛЬКУЛЯТОР

Т.Ю.ЛЫКОВА

ЗАВ. ПРОИЗВОДСТВОМ

<http://комбинат-уу.рф>