

Без ГМО  
и  
пищевых добавок



МКП «Городской комбинат школьного питания»

М Е Н Ю школы № \_\_\_\_\_

С 10.01.2022-14.01.2022 года

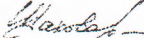


Б	Ж	У	ЭЦ ккал	№ ТТК	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб.
<b>10 января</b>							
<b>Завтрак 7- 11 лет</b>							
6,82	13,26	31,97	279	527	Каша молочная Боярская (пшено, молоко 3,2%, сахар-песок, изюм, соль йод., масло слив.)	150	22,07
9,14	16,38	14,4	255	1017	Бутерброд с сыром и маслом (сыр Российский, масло слив., хлеб пшеничн.)	30/10/32	25,52
1,8	1,6	13,2	75,2	986	Какао-напиток (какао порошок, молоко 3,2%, сахар-песок)	200	7,45
5,8	6,4	9,4	120	-	Молоко питьевое в потребительской упаковке	1/200	24,96
<b>23,56</b>	<b>37,64</b>	<b>68,97</b>	<b>729,2</b>		<b>Итого</b>	<b>623</b>	<b>80,00</b>
Льготное питание							<b>80,00</b>
<b>Завтрак 12 лет и старше</b>							
7,45	15,87	38,37	326	527	Каша молочная Боярская (пшено, молоко 3,2%, сахар-песок, изюм, соль йод., масло слив.)	180	26,48
9,14	16,38	14,4	270	1017	Бутерброд с сыром и маслом (сыр Российский, масло слив., хлеб пшеничн.)	30/10/41	26,11
1,8	1,6	13,2	75,2	986	Какао-напиток (какао порошок, молоко 3,2%, сахар-песок)	200	7,45
5,8	6,4	9,4	120	-	Молоко питьевое в потребительской упаковке	1/200	24,96
<b>24,19</b>	<b>40,25</b>	<b>75,37</b>	<b>791,2</b>		<b>Итого</b>	<b>651</b>	<b>85,00</b>
Льготное питание							<b>85,00</b>
<b>Обед 7-11 лет</b>							
2,17	0,14	4,55	28	984	Закуска порционная (горошек консервированный)	70	27,76
7,41	9,42	15,76	177,5	1000/998	Суп рисовый «Восточный» с фаршем (фарш говяж., крупа рисов., лук репч., морковь, томат, паста, чеснок, соль йодир.)	20/250	24,70
9,68	16,1	8,7	219	1025	Котлета Незнайка с соусом (говядина, свинина, молоко, хлеб пш. йодир., лук репч., яйцо, сухари панир., масло подс. соль йдир.) 70/30	100	31,69
6,36	4,71	39,28	225	307	Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, масло сл., соль йодир.)	150	6,75
0,3	0,08	12,8	53,3	621	Чай с вареньем (чай, варенье)	200/20	6,05
2,17	0,29	14,79	72,5	-	Хлеб пшеничный йодированный	29	1,93
1,98	0,36	11,88	39	-	Хлеб ржаной	20	1,12
<b>30,07</b>	<b>31,1</b>	<b>107,76</b>	<b>814,3</b>		<b>Итого</b>	<b>859</b>	<b>100,00</b>
Льготное питание							<b>100,00</b>
<b>Обед 12 лет и старше</b>							
3,1	0,2	6,5	40	984	Закуска порционная (горошек консервированный)	100	39,66
7,41	9,42	15,76	177,5	1000/998	Суп рисовый «Восточный» с фаршем (фарш говяж., крупа рисов., лук репч., морковь, томат, паста, чеснок, соль йодир.)	20/250	24,70
9,68	16,1	8,7	219	1025	Котлета Незнайка с соусом (говядина, свинина, молоко, хлеб пш. йодир., лук репч., яйцо, сухари панир., масло подс. соль йдир.) 70/30	100	31,69
7,07	5,2	43,6	250	307	Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, масло сл., соль йодир.)	200	9,00
0,3	0,08	12,8	53,3	621	Чай с вареньем (чай, варенье)	200/20	6,05
3	0,4	20,4	100	-	Хлеб пшеничный йодированный	40	2,66
1,45	0,26	8,7	43	-	Хлеб ржаной	22	1,24
<b>32,01</b>	<b>31,66</b>	<b>116,46</b>	<b>882,8</b>		<b>Итого</b>	<b>952</b>	<b>115,00</b>
Льготное питание							<b>115,00</b>
<b>11 января</b>							
<b>Завтрак 7-11 лет</b>							
2,37	11,18	15,49	186	778	Бутерброд с маслом (масло сл., хлеб пшен. йодир.)	15/35	11,29
10,4	17,1	2,7	206	625	Колбаса отварная с соусом (колбаса Докторская, соус красный осн.)	85/20	38,25
9,3	6,06	40,7	254	632	Гарнир каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, масло сливочное, соль йод.)	170	14,85

0,57	0,07	24	99	611	Компот из сухофруктов с вит С (смесь сухофруктов, сахар, лимон.кислота, аскорб. кислота)	200	4,45
0	0	24	91	-	Сок фруктовый в потребительской упаковке	1/200	11,16
22,64	34,41	106,89	836		<b>Итого</b>	<b>725</b>	<b>80,00</b>
					<b>Льготное питание</b>		<b>80,00</b>
					<b><u>Завтрак 12 лет и старше</u></b>		
2,37	11,18	15,49	186	778	Бутерброд с маслом (масло сл., хлеб пшен. йодир.)	15/35	11,29
11,05	18,09	2,8	218	625	Колбаса отварная с соусом (колбаса Докторская, соус красный осн.)	90/25	40,71
10,9	7,1	47,8	299	632	Гарнир каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, масло сливочное, соль йод.)	200	17,39
0,57	0,07	24	99	611	Компот из сухофруктов с вит С (смесь сухофруктов, сахар, лимон.кислота, аскорб. кислота)	200	4,45
0	0	24	91	-	Сок фруктовый в потребительской упаковке	1/200	11,16
24,89	36,44	114,09	893		<b>Итого</b>	<b>765</b>	<b>85,00</b>
					<b>Льготное питание</b>		<b>85,00</b>
					<b><u>Обед 7-11 лет</u></b>		
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	26,72
10,93	12,28	11,72	201	29	Котлета мясная с соусом (говядина, хлеб пшен., сухари панир., соль йод, масло подсол., соус осн) 70/30	100	35,38
3,55	11,7	27,6	230	293	Гарнир «Овощной калейдоскоп» (морковь, лук репч., масло подсолн., кукуруза, горошек, крупа рисовая, соль йод.)	150	18,95
0,05	0,02	9,1	37	663	Чай с сахаром (чай, сахар-песок)	200	1,27
1,87	0,25	12,75	62,5	-	Хлеб пшеничный йодированный	25	1,68
1,98	0,36	11,88	39	-	Хлеб ржаной	20	1,12
0,47	0,47	11,5	55		Яблоко свежее	118	14,88
25,75	31,05	103,62	781,5		<b>Итого</b>	<b>878</b>	<b>100,00</b>
					<b>Льготное питание</b>		<b>100,00</b>
					<b><u>Обед 12 лет и старше</u></b>		
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	26,72
10,93	12,28	11,72	201	29	Котлета мясная с соусом (говядина, хлеб пшен., сухари панир., соль йод, масло подсол., соус осн) 70/30	100	35,38
4,44	14,6	34,5	287	293	Гарнир «Овощной калейдоскоп» (морковь, лук репч., масло подсолн., кукуруза, горошек, крупа рисовая, соль йод.)	200	25,27
0,05	0,02	9,1	37	663	Чай с сахаром (чай, сахар-песок)	200	1,27
1,87	0,25	12,75	62,5	-	Хлеб пшеничный йодированный	25	1,68
1,98	0,36	11,88	39	-	Хлеб ржаной	20	1,12
0,74	0,74	18,2	87		Яблоко свежее	187	23,56
26,91	34,22	117,22	870,5		<b>Итого</b>	<b>997</b>	<b>115,00</b>
					<b>Льготное питание</b>		<b>115,00</b>
					<b>12 января</b>		
					<b><u>Завтрак 7-11 лет</u></b>		
11,58	8,02	5,69	141	651	Фрикадельки рыбные с маслом (горбуша, хлеб пшен., яйцо, лук репч., соль йод., масло раст.)	80/6	26,15
4,08	5,4	41,3	230	552	Рис отварной (крупа рисовая, масло слив., соль йод.)	170	10,09
0,3	0,047	10,9	60	621	Чай с медом (чай, мед)	200/20	12,84
2,4	0,32	16,32	80	-	Хлеб пшеничный йодированный	32	2,12
0	0	17,5	70		Фруктовое пюре	1 шт.	28,80
18,36	13,787	91,71	581		<b>Итого</b>	<b>633</b>	<b>80,00</b>
					<b>Льготное питание</b>		<b>80,00</b>
					<b><u>Завтрак 12 лет и старше</u></b>		
11,61	10,92	5,7	167	651	Фрикадельки рыбные с маслом (горбуша, хлеб пшен., яйцо, лук репч., соль йод., масло раст.)	80/10	28,53
4,8	6,37	48,5	270	552	Рис отварной (крупа рисовая, масло слив., соль йод.)	200	11,88

0,3	0,047	10,9	60	621	Чай с медом (чай, мед)	200/20	12,84
3,3	0,44	22,44	110	-	Хлеб пшеничный йодированный	44	2,95
0	0	17,5	70		Фруктовое пюре	1 шт.	28,80
20,01	17,777	105,04	677		<b>Итого</b>	<b>679</b>	<b>85,00</b>
					<b>Льготное питание</b>		<b>85,00</b>
					<b>Обед 7-11 лет</b>		
8,46	8,44	12,2	158	165/998	Борщ из свежей капусты с картофелем, с фаршем (говядина, картофель, капуста, морковь, лук репч., томат паста, масло раст., соль йод.)	20/250	27,36
14,97	13,81	12,7	235	973	Котлеты из индейки (филе индейки, хлеб пшен., масло слив., соль йод., соус белый осн.)	90	42,74
4,37	15,07	29,1	269	309	Перловка с овощами (крупа перловая, морковь, лук репч., масло растит., томат.паста, масло слив., соль йодир.)	150	10,56
0,38	0,13	18,2	75	667	Напиток из шиповника (шиповник, лимон, сахар-песок)	200	5,79
1,42	0,19	9,69	47,5	-	Хлеб пшеничный йодированный	19	1,27
1,98	0,36	11,88	39	-	Хлеб ржаной	20	1,12
0	0	24	91	-	Сок фруктовый в потребительской упаковке	1/200	11,16
31,58	38	117,77	914,5		<b>Итого</b>	<b>949</b>	<b>100,00</b>
					<b>Льготное питание</b>		<b>100,00</b>
					<b>Обед 12 лет и старше</b>		
8,46	8,44	12,2	158	165/998	Борщ из свежей капусты с картофелем, с фаршем (говядина, картофель, капуста, морковь, лук репч., томат паста, масло раст., соль йод.)	20/250	27,36
16,63	15,3	14,2	262	973	Котлеты из индейки (филе индейки, хлеб пшен., масло слив., соль йод., соус белый осн.)	100	47,49
5,24	18,09	34,9	323	309	Перловка с овощами (крупа перловая, морковь, лук репч., масло растит., томат.паста, масло слив., соль йодир.)	180	12,69
0,38	0,13	18,2	75	667	Напиток из шиповника (шиповник, лимон, сахар-песок)	200	5,79
3	0,4	20,4	100	-	Хлеб пшеничный йодированный	40	2,66
1,98	0,36	11,88	56	-	Хлеб ржаной	29	1,62
0,55	0,55	13,5	64		Яблоко свежее	138	17,39
36,24	43,27	125,28	1038		<b>Итого</b>	<b>957</b>	<b>115,00</b>
					<b>Льготное питание</b>		<b>115,00</b>
					<b>13 января</b>		
					<b>Завтрак 7- 11 лет</b>		
12,91	11,32	7,01	176	978	Фрикадельки из индейки (филе индейки, хлеб пшен., молоко, соль йод., масло слив.)	75	37,20
5,30	3,93	32,73	187,5	307	Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, масло сл., соль йодир.)	140	6,30
0,3	0,08	12,8	53,3	621	Чай с вареньем (чай, варенье)	200/20	6,05
1,8	0,24	12,24	60	-	Хлеб пшеничный йодированный	24	1,65
0	0	17,5	70		Фруктовое пюре	1 шт.	28,80
20,31	15,57	82,28	546,8		<b>Итого</b>	<b>584</b>	<b>80,00</b>
					<b>Льготное питание</b>		<b>80,00</b>
					<b>Завтрак 12 лет и старше</b>		
13,77	12,08	7,48	188	978	Фрикадельки из индейки (филе индейки, хлеб пшен., молоко, соль йод., масло слив.)	80	39,68
6,3	4,71	39,2	225	307	Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, масло сл., соль йодир.)	180	8,10
0,3	0,08	12,8	53,3	621	Чай с вареньем (чай, варенье)	200/20	6,05
2,62	0,35	17,85	87,5	-	Хлеб пшеничный йодированный	35	2,37
0	0	17,5	70		Фруктовое пюре	1 шт.	28,80
22,99	17,22	94,83	623,8		<b>Итого</b>	<b>640</b>	<b>85,00</b>
					<b>Льготное питание</b>		<b>85,00</b>
					<b>Обед 7-11 лет</b>		
4,18	8,42	16,23	157,5	17	Уха Рыбачья (картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное, масло сливочное, сайра)	15/250	23,31
12,9	12,6	2,7	176,5	550	Гуляш мясной (говядина, лук репч., томат паста, масло раст., мука, соль йод.) 40/50	90	42,21

8,2	5,3	35,9	224,6	632	Гарнир каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, масло сливочное, соль йод.)	150	13,04
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
0,55	0,55	13,5	64		Яблоко свежее	138	17,37
29,735	27,5	102,06	761,1		<b>Итого</b>	<b>888</b>	<b>100,00</b>
					<b>Льготное питание</b>		<b>100,00</b>
					<b>Обед 12 лет и старше</b>		
4,18	8,42	16,23	157,5	17	Уха Рыбацкая (картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное, масло сливочное, сайра)	15/250	23,31
17,2	16,9	3,6	235,5	550	Гуляш мясной (говядина, лук репч., томат паста, масло раст., мука, соль йод.) 50/50	100	52,00
9,85	6,4	43,09	269	632	Гарнир каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, масло сливочное, соль йод.)	180	15,64
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
0,63	0,63	15,58	74		Яблоко свежее	159	19,98
35,765	32,98	112,23	874,5		<b>Итого</b>	<b>949</b>	<b>115,00</b>
					<b>Льготное питание</b>		<b>115,00</b>
					<b>14 января</b>		
					<b>Завтрак 7-11 лет</b>		
0,96	0,24	8,58	41,4	1007	Закуска порционная (кукуруза консервированная)	60	21,28
12,46	13,8	13,1	227	29	Биточки мясные с соусом (говядина, хлеб пшен., соль йод., масло раст., соус красный осн.)	80/30	40,26
4,32	4,07	29,55	172	585	Перловка отварная (крупа перловая, масло слив., соль йод.)	150	5,39
0,26	1,18	19,8	91	904	Напиток из облепихи протертой с сахаром (облепиха, протертая с сахаром, сахар-песок)	200	11,58
1,65	0,22	11,22	55	-	Хлеб пшеничный йодированный	22	1,49
19,65	19,51	82,25	586,4		<b>Итого</b>	<b>542</b>	<b>80,00</b>
					<b>Льготное питание</b>		<b>80,00</b>
					<b>Завтрак 12 лет и старше</b>		
0,96	0,24	8,58	41,4	1007	Закуска порционная (кукуруза консервированная)	70	24,83
12,46	13,8	13,1	227		Биточки мясные с соусом (говядина, хлеб пшен., соль йод., масло раст., соус красный осн.)	80/30	40,26
5,18	4,89	35,4	206	585	Перловка отварная (крупа перловая, масло слив., соль йод.)	180	6,47
0,26	1,18	19,8	91	904	Напиток из облепихи протертой с сахаром (облепиха, протертая с сахаром, сахар-песок)	200	11,58
2,1	0,28	14,28	70	-	Хлеб пшеничный йодированный	28	1,86
20,96	20,39	91,16	635,4		<b>Итого</b>	<b>588</b>	<b>85,00</b>
					<b>Льготное питание</b>		<b>85,00</b>
					<b>Обед 7-11 лет</b>		
7,34	9,07	8,3	144	197/998	Щи из свежей капусты с фаршем (говядина, картофель, капуста, морковь, лук репч., томат паста, масло раст., соль йод.)	20/250	27,13
13,4	8,3	2,51	138	995	Террин из горбуши с соусом белым основным (горбуша, молоко, яйцо, масло раст., соль йод., соус белый осн.) 70/30	100	33,87
3	4,4	20	132	371	Пюре картофельное (картофель, молоко т/п, масло .сл)	150	18,60
0,4	0,8	25,5	105	435	Компот из изюма с витамином С (изюм, сахар-песок, лимон .кислота)	200	6,85
1,27	0,17	8,67	47,5	-	Хлеб пшеничный йодированный	19	1,27
1,98	0,36	11,88	39	-	Хлеб ржаной	20	1,12
0	0	24	91	-	Сок фруктовый в потребительской упаковке	1/200	11,16
27,39	23,1	100,86	696,5		<b>Итого</b>	<b>959</b>	<b>100,00</b>
					<b>Льготное питание</b>		<b>100,00</b>
					<b>Обед 12 лет и старше</b>		

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.)	20/250	27,13
17,22	10,3	2,93	173	995	Террин из горбуши с соусом белым основным (горбуша, молоко, яйцо, масло раст., соль йод., соус белый осн.) 90/30	120	43,32
3,67	5,32	24,05	158	371	Пюре картофельное (картофель, молоко т/п, масло .сл)	180	22,32
0,4	00,8	25,5	105	435	Компот из изюма с витамином С (изюм, сахар-песок, лимон.кислота)	200	6,85
1,875	0,25	12,75	92,5	-	Хлеб пшеничный йодированный	37	2,49
3,06	0,56	18,41	60	-	Хлеб ржаной	31	1,73
0	0	24	91	-	Сок фруктовый в потребительской упаковке	1/200	11,16
32,175	25,18	115,94	807,5		<b>Итого</b>	<b>1036</b>	<b>115,00</b>
					<b>Льготное питание</b>		<b>115,00</b>

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

<http://комбинат-уу.рф>