

МКП «Городской комбинат школьного питания»
М Е Н Ю школы № _____
На 26 сентября 2022 г.
Меню разработано в соответствии СанПиН 2.3/2.4.3590-20 и МР 2.4.0179-20

Б	Ж	У	ЭЦ ккал	№ ТТК	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб.
Завтрак 7-11 лет							
5,08	4,6	0,28	62,84	776	Яйцо вареное	1 шт.	10,50
5,31	4,48	35,01	201,58	623	Каша молочная кукурузная с маслом (крупа кукурузная, молоко, сахар-песок, соль йод., масло слив.)	150/5	13,96
1,37	2,98	0,88	35,82	-	Сыр в индивидуальной упаковке	1 шт	13,04
1,82	1,67	13,22	75,19	986	Какао-напиток (какао порошок, молоко, сахар)	200	9,06
1,73	0,23	11,73	55,89	-	Хлеб пшеничный йодированный	23	1,70
1,97	0,66	27,59	124,17	-	Банан	219	36,74
17,28	14,62	88,71	555,49		Итого	654	85,00
					Льготное питание		85,00
Завтрак 12 лет и старше							
5,08	4,6	0,28	62,84	776	Яйцо вареное	1 шт.	10,50
6,34	5,34	41,79	240,59	623	Каша молочная кукурузная с маслом (крупа кукурузная, молоко, сахар-песок, соль йод., масло слив.)	180/5	15,98
1,37	2,98	0,88	35,82	-	Сыр в индивидуальной упаковке	1 шт	13,04
1,82	1,67	13,22	75,19	986	Какао-напиток (какао порошок, молоко, сахар)	200	9,06
1,5	0,2	10,2	48,6	-	Хлеб пшеничный йодированный	20	1,47
2,14	0,71	29,99	134,95	-	Банан	238	39,95
18,25	15,5	96,36	597,99		Итого	700	90,00
					Льготное питание		90,00
Обед 7-11 лет							
5,78	7,71	7	120,51	154/998	Щи по – уральски из свежей капусты с фаршем (фراش гов., крупа перловая, лук репч., морковь, капуста св., масло подсолн., соль йодир., томат. паста)	15/250	23,06
12,68	16,25	7,2	225,77	223	Котлета мясо- картофельная по- хлыновски (говядина, свинина, картофель, лук репчатый, яйцо., сухарь панич.соль йодир., масло раст.)	75	49,83
5,42	4,07	31,8	185,45	307	Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, масло сл.)	150	8,73
0,25	1,11	18,67	85,67	904	Напиток из облепихи протертой с сахаром (облепиха, протертая с сахаром, сахар-песок)	200	12,18
2,25	0,3	15,3	72,9	-	Хлеб пшеничный йодированный	30	2,21
1,98	0,36	11,88	58,68	-	Хлеб ржаной	30	1,85
0,48	0,48	11,86	53,72	-	Яблоко свежее	121	7,14
28,84	30,28	103,71	802,7		Итого	871	105,00
					Льготное питание		105,00
Обед 12 лет и старше							
5,78	7,71	7	120,51	154/998	Щи по – уральски из свежей капусты с фаршем (фراش гов., крупа перловая, лук репч., морковь, капуста св., масло подсолн., соль йодир., томат. паста)	15/250	23,06
12,76	21,69	7,34	275,61	223	Котлета мясо- картофельная по- хлыновски с маслом слив.(говядина, свинина, картофель, лук репчатый, яйцо., сухарь панич.соль йодир., масло раст.)	75/10	57,57
7,22	5,42	42,4	247,26	307	Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, масло сл.)	200	11,64
0,25	1,11	18,67	85,67	904	Напиток из облепихи протертой с сахаром (облепиха, протертая с сахаром, сахар-песок)	200	12,18
3	0,4	20,4	97,2	-	Хлеб пшеничный йодированный	40	2,95
1,98	0,36	11,88	58,68	-	Хлеб ржаной	30	1,85
0,73	0,73	17,84	80,81	-	Яблоко свежее	182	10,75
31,72	37,42	125,53	965,74		Итого	1002	120,00
					Льготное питание		120,00
Полдник							
5,99	6,11	40,85	242,35	327	Булочка «Три лепестка» (мука, сахар-песок, дрожжи, яйцо, масло сл.)	75	11,10
1,36	1,41	2,14	26,69	603	Чай с молоком (чай, молоко)	50/150	5,28
7,35	7,52	42,99	269,04		Итого	275	16,38
Дополнительно							
5,78	7,71	7	120,51	154/998	Щи по – уральски из свежей капусты с фаршем (фراش гов., крупа перловая, лук репч., морковь, капуста св., масло подсолн., соль йодир., томат. паста)	15/250	23,10
6,34	5,34	41,79	240,59	623	Каша молочная кукурузная (крупа кукурузная, молоко, сахар-песок, соль йод.)	180	12,10
17,67	9,55	3,24	169,59	580	Рыба, запеченная в жарочном шкафу (горбуша, мука пш., лимон, соль, масло раст.)	75	54,90
12,68	16,25	7,2	225,77	223	Котлета мясо- картофельная по- хлыновски (говядина, свинина, картофель, лук репчатый, яйцо., сухарь панич.соль йодир., масло раст.)	75	49,80
10,39	27,87	2,18	301,16	599	Поджарка из свинины (свинина, лук репчатый, томат паста, масло подсолнечное, соль йодированная)	70/20	48,90
5,42	4,07	31,8	185,45	307	Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, масло сл.)	150	8,70
2,87	3,89	22,31	135,65	604	Картофель отварной (картофель, масло слив., соль йод.)	150	17,80
0,24	1,11	1,78	18,18	370	Соус красный основной (лук, морковь, мука, масло раст., масло слив., т. паста, сольйодир)	30	1,50
0,04	2,72	0,07	24,92		Масло сливочное	5	3,90
0,24	1,13	0,36	12,57	1056	Сметана для заправки супов (сметана)	10	3,70
8,43	19,20	18,47	280,4	107	Слойка с колбасой и сыром (тесто слоен., колбаса, сыр, мука пш, масло раст, яйцо)	75	36,70
9,3	10,51	18,17	204,47	19	Беляши по-школьному (мука пш., дрожжи пресс., сахар-песок, соль йодир., говядина, лук репч., масло растит.)	80	31,20
4,69	8,68	23,50	197	511	Кокроки с капустой (мука, сахар-песок, масло сл., яйцо, фарш из св. капусты)	75	11,80
5,99	6,11	40,85	242,35	327	Булочка «Три лепестка» (мука, сахар-песок, дрожжи, яйцо, масло сл.)	75	11,10
3,5	20,3	35	329		Кекс Фараон БХП	70	28,60
7,0	5,5	63	330		Булочка Сдоба с повидлом БХП	100	17,70
4,55	8,4	47,6	280		Коржик молочный БХП	70	18,90
5,5	9,0	60,0	340		Ромовая Баба БХП	100	22,40
4,2	14,7	42	315		Булочка слоеная Улитка с маковой начинкой БХП	2/70	38,40
1,82	1,67	13,22	75,19	986	Какао-напиток (какао порошок, молоко 3,2%, сахар-песок)	200	9,10
0,25	1,11	18,67	85,67	904	Напиток из облепихи протертой с сахаром (облепиха, протертая с сахаром, сахар-песок)	200	12,20
-	-	-	-	-	Чай пакетированный	200	6,77
0	0	9,08	36,32	663	Чай с сахаром (чай, сахар-песок)	200	1,70
1,36	1,41	2,14	26,69	603	Чай с молоком (чай, молоко)	50/150	5,30
-	-	-	-	-	Вода негазированная	0,5 л.	32,00
1,4	0,40	22,8	100,4	-	Сок фруктовый в потребительской упаковке	1/200	17,34
2,25	0,30	15,3	72,9	-	Хлеб пшеничный йодированный	30	2,20

ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР
КАЛЬКУЛЯТОР
ЗАВ ПРОИЗВОДСТВОМ



А.М.ШАХОВА
С.А.БАТУРИНА

Б	Ж	У	ЭЦ ккал	№ ТТК	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб.
Завтрак 7-11 лет							
12,25	19,82	12,49	277,29	1055	Шницель мясной с соусом (мясо говядина, свинина, хлеб пшен., соль йод., сухарь панир., яйцо, масло раст., соус красный осн.) 90/20	110	44,54
3,39	4,11	20,67	123,23	676	Гарнир каша гречневая вязкая (крупа гречневая, масло сливочное, соль йод.)	150	9,39
0,1	0,43	21,06	88,51	435	Компот из изюма с витамином С (изюм, сахар, лимонная кислота, аскорбиновая кислота)	200	9,87
1,88	0,25	12,75	60,75	-	Хлеб пшеничный йодированный	25	1,84
0,59	0,44	15,14	66,89	-	Груша	147	19,36
18,21	25,05	82,11	616,67		Итого	724	85,00
Льготное питание							
Завтрак 12 лет и старше							
13,36	21,62	13,62	302,5	1055	Шницель мясной с соусом (мясо говядина, свинина, хлеб пшен., соль йод., сухарь панир., яйцо, масло раст., соус красный осн.) 90/30	120	45,04
4,07	4,93	24,8	159,88	676	Гарнир каша гречневая вязкая (крупа гречневая, масло сливочное, соль йод.)	180	11,26
0,1	0,43	21,06	88,51	435	Компот из изюма с витамином С (изюм, сахар, лимонная кислота, аскорбиновая кислота)	200	9,87
2,25	0,3	15,3	72,9	-	Хлеб пшеничный йодированный	30	2,21
0,66	0,49	16,89	74,62	-	Груша	164	21,62
20,44	27,77	91,67	698,41		Итого	770	90,00
Льготное питание							
Обед 7-11 лет							
0,66	0,12	2,28	12,84	982	Закуска порционная (помидоры свежие)	60	8,08
4,75	4,16	15,17	117,14	893/998	Суп картофельный с макаронными изделиями с фаршем (говядина, картофель, морковь, лук репч., макаронные изделия, масло подсолн., , соль йод.)	20/200	33,93
14,48	4,21	10,14	136,37	626	Котлеты рыбные с маслом (минтай, сухарь паниров, крупа манная, соль йод., масло растит.) 90/10	100	43,11
3,56	3,99	35,67	192,81	297	Рис розовый (крупа рисовая, томат, соль йод., масло растит.)	150	10,43
0,57	0	19,55	80,48	611a	Компот из сухофруктов с вит С (смесь сухофруктов, сахар, лимон. кислота, аскорб. кислота)	200	4,77
2,63	0,35	17,85	85,05	-	Хлеб пшеничный йодированный	35	2,58
2,24	0,41	13,46	66,5	-	Хлеб ржаной	34	2,10
28,89	13,24	114,12	691,19		Итого	799	105,00
Льготное питание							
Обед 12 лет старше							
1,1	0,2	3,8	21,4	982	Закуска порционная (помидоры свежие)	100	13,46
5,93	5,2	18,96	146,43	893/998	Суп картофельный с макаронными изделиями с фаршем (говядина, картофель, морковь, лук репч., макаронные изделия, масло подсолн., , соль йод.)	25/250	42,39
14,48	4,21	10,14	136,37	626	Котлеты рыбные с маслом (минтай, сухарь паниров, крупа манная, соль йод., масло растит.) 90/10	100	43,11
4,27	4,79	42,8	231,37	297	Рис розовый (крупа рисовая, томат, соль йод., масло растит.)	180	12,52
0,57	0	19,55	80,48	611a	Компот из сухофруктов с вит С (смесь сухофруктов, сахар, лимон. кислота, аскорб. кислота)	200	4,77
2,25	0,3	15,3	72,9	-	Хлеб пшеничный йодированный	30	2,21
1,65	0,3	9,9	48,9	-	Хлеб ржаной	25	1,54
30,25	15	120,45	737,85		Итого	910	120,00
Льготное питание							
Полдник							
4,11	6,15	31,37	197,27	511	Кокроки с яблоками (мука, сахар-песок, масло слив., яйцо, яйца, соль, молоко, яблоки)	75	13,07
0,04	0	9,19	36,92	431	Чай с лимоном (чай, сахар-песок, лимон)	200/4	2,68
4,15	6,15	40,56	234,19		Итого	279	15,75
Дополнительно							
1,1	0,2	3,8	21,4	982	Закуска порционная (помидоры свежие)	100	13,50
5,93	5,2	18,96	146,43	893/998	Суп картофельный с макаронными изделиями с фаршем (говядина, картофель, морковь, лук репч., макаронные изделия, масло подсолн., , соль йод.)	25/250	42,40
14,48	4,21	10,14	136,37	626	Котлеты рыбные (минтай, сухарь паниров, крупа манная, соль йод., масло растит.)	90	35,40
14,95	13,14	17,32	247,34	253	Рыба, запеченная с картофелем по-русски (горбуша, картофель, масло сл., мука пш., сыр, соль йодир., масло раст.)	200	56,10
12,25	19,82	12,49	277,29	1055	Шницель мясной (мясо говядина, свинина, хлеб пшен., соль йод., сухарь панир., яйцо, масло раст.)	90	43,60
11,7	12,46	3,6	173,42	550	Гуляш мясной (говядина, лук репч., томат паста, масло раст., мука ,соль йод.)	50/50	63,30
3,39	4,11	20,67	123,23	676	Гарнир каша гречневая вязкая (крупа гречневая, масло сливочное, соль йод.)	150	9,40
3,09	4,47	20,1	132,99	371	Картофельное пюре (картофель, молоко, масло слив., соль йод.)	150	18,10
3,56	3,99	35,67	192,81	297	Рис розовый (крупа рисовая, томат, соль йод., масло растит.)	150	10,40
0,24	1,11	1,78	18,18	370	Соус красный основной (лук, морковь, мука, масло раст., масло слив., т. паста, соль йодир)	30	1,50
0,04	2,72	0,07	24,92		Масло сливочное	5	3,90
9,1	12,3	31	271,14	55	Сосиска запеченная в тесте (тесто сл., сосиска, яйцо)	40/50	29,10
10,35	8,98	27,67	234	60	Пирожки печеные с мясом, луком (тесто слоб., фарш мясной с луком, яйцо, масло раст.)	75	31,60
5,38	14,62	33,41	286,74	40	Слойка со сгущенным молоком (тесто слоеное, молоко сгущ., мука пш., масло раст., яйцо)	75	29,50
4,11	6,15	31,37	197,27	511	Кокроки с яблоками (мука, сахар-песок, масло слив., яйцо, яйца, соль, молоко, яблоки)	75	13,10
4,95	23,1	59,4	462		Кекс Домашний (шарлотка) БХП	110	38,00
14,4	23,2	24	360		Самса Слоеная с сыром БХП	80	41,10
4,2	17,5	35	315		Кекс Английский Маффин БХП	70	26,50
6	13,6	53,6	352		Булочка Ежик БХП	80	16,00
4,9	14,7	46,2	343		Булочка «Уплетайка» (с изюмом и корицей) БХП	70	16,90
0,1	0,43	21,06	88,51	435	Компот из изюма с витамином С (изюм, сахар, лимонная кислота, аскорбиновая кислота)	200	9,90
0,57	0	19,55	80,48	611a	Компот из смеси сухофруктов с витамином С (сухофрукты, сахар-песок, витамин С.)	200	4,80
0,04	0	9,19	36,92	431	Чай с лимоном (чай, сахар-песок, лимон)	200/4	2,70
-	-	-	-	-	Чай пакетированный	200	6,77
0	0	9,08	36,32	663	Чай с сахаром (чай, сахар-песок)	200	1,70
1,36	1,41	2,14	26,69	603	Чай с молоком (чай, молоко)	50/150	5,30
-	-	-	-	-	Вода негазированная	0,5 л.	32,00
1,4	0,40	22,8	100,4	-	Сок фруктовый в потребительской упаковке	1/200	17,34
2,25	0,30	15,3	72,9	-	Хлеб пшеничный йодированный	30	2,20
0,55	0,41	14,11	62,34	368	Груша свежая	100	25,80

ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР

КАЛЬКУЛЯТОР

ЗАВ ПРОИЗВОДСТВОМ

А.М.ШАХОВА

С.А.БАТУРИНА

Б	Ж	У	ЭЦ ккал	№ ТТК	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб.
Завтрак 7- 11 лет							
0,4	0,05	1,25	7,05	982	Закуска порционная (огурцы свежие)	50	6,12
12,56	10,64	6,39	171,54	1038	Фрикадельки Удинские с соусом (говядина, масло растит., лук репч., молоко, соль йодир., яйцо, Соус кр осн) 75/20	95	57,17
5,42	4,07	31,08	185,45	307	Макаронные изделия отварные (макарон. изд., масло слив., соль йодир.)	150	8,73
0,06	0,02	13,47	54,3	621	Чай с вареньем (чай, варенье)	200/20	11,65
1,35	0,18	9,18	43,74	-	Хлеб пшеничный йодированный	18	1,33
19,79	14,96	61,37	462,08		Итого	651	85,00
Льготное питание							
Завтрак 12 лет и старше							
0,56	0,07	1,75	9,87	982	Закуска порционная (огурцы свежие)	70	8,57
13,88	11,76	7,06	189,6	1038	Фрикадельки Удинские с соусом (говядина, масло растит., лук репч., молоко, соль йодир., яйцо, Соус кр осн) 75/30	105	57,68
6,14	4,61	36,04	210,17	307	Макаронные изделия отварные (макарон. изд., масло слив., соль йодир.)	170	9,89
0,06	0,02	13,47	54,3	621	Чай с вареньем (чай, варенье)	200/20	11,65
2,25	0,3	15,3	72,9	-	Хлеб пшеничный йодированный	30	2,21
22,89	16,76	73,62	536,84		Итого	717	90,00
Льготное питание							
Обед 7-11 лет							
3,98	5,84	10,94	112,24	1000	Суп рисовый «Восточный» с фаршем (фарш говяж., крупа рисов., лук репч., морковь, томат. паста, чеснок, соль йодир.)	10/200	16,62
13,82	31,38	17,23	406,61	575	Капуста тушеная с сосисками (капуста св., морковь, лук репч., томат, масло раст, мука пшен., сахар, соль йод., сосиски)	80/160	59,55
0	0	21,39	85,56	1014	Кисель детский «Витощка» (вода, кисель, Витощка)	200	9,28
2,25	0,3	15,3	72,9	-	Хлеб пшеничный йодированный	30	2,21
1,4	0,4	22,8	100,4	-	Сок фруктовый в потребительской упаковке	1/200	17,34
21,45	37,92	87,66	777,71		Итого	992	105,00
Льготное питание							
Обед 12 лет и старше							
5,02	7,37	13,81	141,64	1000	Суп рисовый «Восточный» с фаршем (фарш говяж., крупа рисов., лук репч., морковь, томат. паста, чеснок, соль йодир.)	15/250	23,80
15,55	35,3	19,39	457,43	575	Капуста тушеная с сосисками (капуста св., морковь, лук репч., томат, масло раст, мука пшен., сахар, соль йод., сосиски)	90/180	67,00
0	0	21,39	85,56	1014	Кисель детский «Витощка» (вода, кисель, Витощка)	200	9,28
2,63	0,35	17,85	85,05	-	Хлеб пшеничный йодированный	35	2,58
1,4	0,4	22,8	100,4	-	Сок фруктовый в потребительской упаковке	1/200	17,34
24,6	43,42	95,24	870,08		Итого	1075	120,00
Льготное питание							
Полдник							
5,17	7,99	39,41	250,23	325	Булочка Посыпная (мука, дрожжи прес., соль йодир., сахар-песок, масло слив.)	75	12,56
5,8	6,4	9,4	120	106	Молоко питьевое	200	18,90
10,97	14,39	48,81	370,23		Итого	275	31,46
Дополнительно							
0,8	0,1	2,5	14,1	982	Закуска порционная (огурцы свежие)	100	12,20
5,02	7,37	13,81	141,64	1000	Суп рисовый «Восточный» с фаршем (фарш говяж., крупа рисов., лук репч., морковь, томат. паста, чеснок, соль йодир.)	15/250	23,80
14,06	33,54	14,96	417,9	255	Рыба в тесте (горбуша, мука пш., молоко, яйцо, лимон, соль, масло раст.)	100	43,40
13,88	11,76	7,06	189,6	1038	Фрикадельки Удинские (говядина, масло растит., лук репч., молоко, соль йодир., яйцо,)	75	56,20
10,39	27,87	2,18	301,16	599	Поджарка из свинины (свинина, лук репчатый, томат паста, масло подсолнечное, соль йодированная)	70/20	48,90
15,55	35,3	19,39	457,43	575	Капуста тушеная с сосисками (капуста св., морковь, лук репч., томат, масло раст, мука пшен., сахар, соль йод., сосиски)	90/180	67,00
5,42	4,07	31,8	185,45	307	Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, масло сл., соль йодир.)	150	8,70
2,87	3,89	22,31	135,65	604	Картофель отварной (картофель, масло слив., соль йод.)	150	17,80
0,24	1,11	1,78	18,18	370	Соус красный основной (лук, морковь, мука, масло раст., масло слив., т. паста, соль йодир)	30	1,50
9,1	12,3	31	271,14	55	Сосиска запеченная в тесте (тесто сл., сосиска, яйцо)	40/50	29,10
8,46	11,72	28,41	253,1	328	Плюшка "Эстонская" с сыром (тесто слоное дрожжевое, сыр, масло слив.)	75	23,70
5,17	7,99	39,41	250,23	325	Булочка Посыпная (мука, дрожжи прес., соль йодир., сахар-песок, масло слив.)	75	12,56
6,49	14,9	62,34	409,42	71	Лепешки с вареньем (мука пш., дрожжи прес., сахар-песок, соль йодир., масло раст., варенье)	100/30	23,40
8,56	17,42	56,79	418,18	71	Лепешки со сгущ. молоком (мука пш., дрожжи прес., сахар-песок, соль йодир., масло раст., молоко сгущ.)	100/30	17,90
2,4	7,7	25,3	187	-	Батончик слоеный с начинкой БХП (клубника)	55	13,20
2,75	9,9	31,3	209	-	(ананас)		
2,75	9,9	27,5	209	-	(груша)		
4,2	14,7	25,9	294	-	Кекс «Волжский» БХП	70	23,10
6,3	7,7	36,75	245	-	Калачик сметанный БХП	70	22,70
3,37	13,5	52,5	352,5	-	Пирожное песочное, глазированное помадой БХП	75	24,00
5,25	3,5	42	224	-	Булочка «Батончик Детский с изюмом» БХП	70	12,80
0	0	21,39	85,56	1014	Кисель детский «Витощка» (вода, кисель, Витощка)	200	9,30
0,06	0,02	13,47	54,3	621	Чай с вареньем (чай, варенье)	200/20	11,70
-	-	-	-	-	Чай пакетированный	200	6,77
0	0	9,08	36,32	663	Чай с сахаром (чай, сахар-песок)	200	1,70
1,36	1,41	2,14	26,69	603	Чай с молоком (чай, молоко)	50/150	5,30
-	-	-	-	-	Вода негазированная	0,5 л.	32,00
1,4	0,40	22,8	100,4	-	Сок фруктовый в потребительской упаковке	1/200	17,34
2,25	0,30	15,3	72,9	-	Хлеб пшеничный йодированный	30	2,20

ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР

КАЛЬКУЛЯТОР

ЗАВ ПРОИЗВОДСТВОМ

А.М.ШАХОВА

С.А.БАТУРИНА

Без ГМО и пищевых добавок

Директор школы № _____

МКП «Городской комбинат школьного питания»

М Е Н Ю школы № _____

На 29 сентября 2022 г.

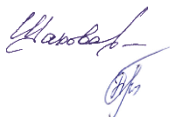
Меню разработано в соответствии СанПиН 2.3/2.4.3590-20 и МР 2.4.0179-20

Б	Ж	У	ЭЦ к/кал	№ ТТК	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб.
Завтрак 7-11 лет							
8,52	9,21	23,17	209,65	788	Бутерброд с маслом и сыром (сыр Российский, хлеб пшен.)	20/11/32	24,91
20,25	7,47	40,29	309,36	1013	Творожно-банановая запеканка со сгущенным молоком (творог, сахар-песок, яйцо, масло слив.банан, сметана, крупа манная, соль йодир., молоко сгущ.)	125/25	59,53
0,19	0,04	0,03	1,33	1009	Чай с черным (чай, вода)	200	0,56
28,96	16,72	63,49	520,34		Итого	413	85,00
Льготное питание							
Завтрак 12 лет и старше							
8,11	8,77	22,07	199,67	788	Бутерброд с маслом и сыром (сыр Российский, хлеб пшен.)	20/10/30	24,03
22,27	8,21	44,32	340,29	1013	Творожно-банановая запеканка со сгущенным молоком (творог, сахар-песок, яйцо, масло слив.банан, сметана, крупа манная, соль йодир., молоко сгущ.)	135/30	65,41
0,19	0,04	0,03	1,33	1009	Чай с черным (чай, вода)	200	0,56
30,57	17,02	66,42	541,29		Итого	425	90,00
Льготное питание							
Обед 7-11 лет							
4,27	7,83	12,7	138,4	17	Уха Рыбацкая (картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное, масло сливочное, сайра)	15/200	23,73
17,46	6,65	12,38	179,2	973	Биточки рубленные из индейки с маслом (индейка филе, хлеб, сухари, соль йод, масло раст., масло слив) 80/10	90	49,89
4,63	4,22	35,56	198,74	310	Гарнир Забава (крупа гречневая, крупа рисовая, масло слив., соль йод.)	150	11,73
0,21	0,07	13,13	53,99	667	Напиток из шиповника (шиповник, сахар, лимон)	200	6,67
2,25	0,3	15,3	72,9	-	Хлеб пшеничный йодированный	30	2,21
1,32	0,24	7,92	39,12	-	Хлеб ржаной	20	1,23
0,64	0,64	15,78	71,48	-	Яблоко свежее	161	9,54
30,78	19,95	112,77	753,83		Итого	866	105,00
Льготное питание							
Обед 12 лет и старше							
5,46	10,02	16,25	177,02	17	Уха Рыбацкая (картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное, масло сливочное, сайра)	25/250	35,21
17,46	6,65	12,38	179,2	973	Биточки рубленные из индейки с маслом (индейка филе, хлеб, сухари, соль йод, масло раст., масло слив) 80/10	90	49,89
5,56	5,06	42,67	238,49	310	Гарнир Забава (крупа гречневая, крупа рисовая, масло слив., соль йод.)	180	14,07
0,21	0,07	13,13	53,99	667	Напиток из шиповника (шиповник, сахар, лимон)	200	6,67
3	0,4	20,4	97,2	-	Хлеб пшеничный йодированный	40	2,95
1,98	0,36	11,88	58,68	-	Хлеб ржаной	30	1,85
0,63	0,63	15,48	70,15	-	Яблоко свежее	158	9,36
34,3	23,19	132,19	874,73		Итого	1021	120,00
Льготное питание							
Полдник							
10,42	5,14	30,2	208,74	322	Ватрушка с творогом (мука пш., творог, масло сл., сахар, яйцо, дрожжи, соль йод., масло раст.)	75	18,64
0	0	9,08	36,32	663	Чай с сахаром (чай, сахар-песок)	200	1,71
10,42	5,14	39,28	245,06		Итого	275	20,35
Дополнительно							
5,46	10,02	16,25	177,02	17	Уха Рыбацкая (картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное, масло сливочное, сайра)	25/250	35,20
20,25	7,47	40,29	309,36	1013	Творожно-банановая запеканка со сгущенным молоком (творог, сахар-песок, яйцо, масло слив.банан, сметана, крупа манная, соль йодир., молоко сгущ.)	125/25	59,50
20,6	13,92	0,32	208,92	250	Рыбка «Янтарная» (горбуша, сыр, яйцо, сметана, масло раст., соль)	75	66,20
17,46	6,65	12,38	129,2	973	Биточки рубленные из индейки (индейка филе, хлеб, сухари, соль йод, масло раст.)	80	42,20
14,83	17,35	5,71	238,44	675	Мясо тушеное с луком и морковью (говядина, масло растит., морковь, соль йодир., мука пш., т. паста, лук репч.)	50/75	64,40
16,75	17,52	2,87	236,26	208	Люля-кебаб домашний (говядина, свинина, лук репч., хлеб пшен., соль йодир.)	70	72,40
16,35	16,84	19,18	293,68	27	Жаркое по-домашнему (говядина, картофель, лук репч., томат.паста, масло раст., соль йодир.)	50/150	74,50
3,43	5,31	26,88	169,05	313	Картофель запеченный по-московски (картофель, масло раст., масло сл. соль йодир.)	150	20,80
5,42	4,07	31,8	185,45	307	Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, масло сл., соль йодир.)	150	8,70
4,63	4,22	35,56	198,74	310	Гарнир Забава (крупа гречневая, крупа рисовая, масло слив., соль йод.)	150	11,70
0,24	1,11	1,78	18,18	370	Соус красный основной (лук, морковь, мука, масло раст., масло слив., т. паста, соль йодир.)	30	1,50
0,04	2,72	0,07	24,92		Масло сливочное	5	3,90
10,74	15,39	30,83	305	328	Хот-дог закрытый (тесто сдобное дрожжевое, сосиски молочные, огурцы солен., сыр, томат.паста)	100	35,70
8,46	11,72	28,41	253,1	328	Плюшка "Эстонская" с сыром (тесто сдобное дрожжевое, сыр, масло слив.)	75	23,70
5,42	4,78	31,94	187,16	60	Пирожки печеные с картофелем (тесто сдоб., картофель, лук, масло раст.)	75	9,70
10,42	5,14	30,2	208,74	322	Ватрушка с творогом (мука пш., творог, масло сл., сахар, яйцо, дрожжи, соль йод., масло раст.)	75	18,60
4,17	12,05	30,15	245,73	413	Коржик «Молочный» (мука пш., масло сл., сахар, яйцо, молоко, сода, ванилин)	60	17,80
3,5	20,3	35	329	-	Кекс Фараон БХП	70	28,60
4,2	10,8	32,1	240	-	Вафли Сдобные с молоком вареным сгущенным БХП	300	133,85
7,6	10,4	39,2	280	-	Булочка Рулетик с маком БХП	80	21,10
4,55	8,4	47,6	280	-	Коржик молочный БХП	70	18,90
4,8	8,8	43,2	272	-	Сочень с печеными яблоками БХП	80	31,70
0,21	0,07	13,13	53,99	667	Напиток из шиповника (шиповник, сахар, лимон)	200	6,70
-	-	-	-	-	Чай пакетированный	200	6,77
0	0	9,08	36,32	663	Чай с сахаром (чай, сахар-песок)	200	1,70
1,36	1,41	2,14	26,69	603	Чай с молоком (чай, молоко)	50/150	5,30
-	-	-	-	-	Вода негазированная	0,5 л.	32,00
1,4	0,40	22,8	100,4	-	Сок фруктовый в потребительской упаковке	1/200	17,34
2,25	0,30	15,3	72,9	-	Хлеб пшеничный йодированный	30	2,20
0,63	0,63	15,48	44,4	-	Яблоко свежее	100	5,90

ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР

КАЛЬКУЛЯТОР

ЗАВ ПРОИЗВОДСТВОМ



А.М.ШАХОВА

С.А.БАТУРИНА

<http://комбинат-уу.рф>

МКП «Городской комбинат школьного питания»

М Е Н Ю школы № _____

На 30 сентября 2022 г.

Меню разработано в соответствии СанПиН 2.3/2.4.3590-20 и МР 2.4.0179-20

Б	Ж	У	ЭЦ ккал	№ ТТК	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб.
Завтрак 7- 11 лет							
12,66	6,7	7,21	139,78	1046	Биточки рыбные по домашнему с маслом (минтай, крупа рис, молоко, лук репч., сухари панир., масло растит., соус белый основной) 75/5	80	37,58
3,6	4,78	36,44	203,23	552	Рис отварной (крупа рисовая, масло слив., соль йод.)	150	11,74
0,99	0,06	18,36	77,94	669а	Компот из кураги с вит С (курага, сахар, лимон.кислота, аскорб. кислота)	200	10,47
2,33	0,31	15,81	75,33	-	Хлеб пшеничный йодированный	31	2,29
0,7	0,52	17,92	79,17	-	Груша свежая	174	22,92
20,28	12,37	95,74	575,45		Итого	635	85,00
					Льготное питание		85,00
Завтрак 12 лет и старше							
13,45	7,12	7,66	148,52	1046	Биточки рыбные по домашнему с маслом (минтай, крупа рис, молоко, лук репч., сухари панир., масло растит., соус белый основной) 75/10	85	41,45
4,33	5,74	43,73	243,88	552	Рис отварной (крупа рисовая, масло слив., соль йод.)	180	14,09
0,99	0,06	18,36	77,94	669а	Компот из кураги с вит С (курага, сахар, лимон.кислота, аскорб. кислота)	200	10,47
2,25	0,3	15,3	72,9	-	Хлеб пшеничный йодированный	30	2,21
0,66	0,5	17	75,08	-	Груша свежая	165	21,78
21,68	13,72	102,05	618,32		Итого	660	90,00
					Льготное питание		90,00
Обед 7-11 лет							
0,56	0,07	1,75	9,87	982	Закуска порционная (огурцы свежие)	70	8,57
8,44	7,28	14,29	156,44	157/998	Суп картофельный с бобовыми, с фаршем (картофель, горох, морковь, лук репч., масло раст., говядина)	15/200	24,92
13,65	20,4	8,35	271,6	209	Кюфта по-московски с соусом красным (говядина, яйцо, лук репч., крупа рисовая, мука пшен., масло растит., соль йодир, масло слив, соус красный основной) 75/30	105	52,77
4,72	5,27	26,23	171,23	843	Гарнир пшено отварное вязкое (крупа пшеница, масло сливочное, соль йод.)	180	7,65
0	0	19,4	77,6	1014	Напиток с витаминами Витошка (вода, напиток Витошка)	200	7,65
2,25	0,3	15,3	72,9	-	Хлеб пшеничный йодированный	30	2,21
1,32	0,24	7,92	39,12	-	Хлеб ржаной	20	1,23
30,94	33,56	93,24	798,76		Итого	820	105,00
					Льготное питание		105,00
Обед 12 лет и старше							
0,72	0,09	2,25	12,69	982	Закуска порционная (огурцы свежие)	90	11,02
10,8	9,31	18,28	200,1	157/998	Суп картофельный с бобовыми, с фаршем (картофель, горох, морковь, лук репч., масло раст., говядина)	25/250	38,80
12,35	18,46	7,55	245,73	209	Кюфта по-московски с соусом красным (говядина, яйцо, лук репч., крупа рисовая, мука пшен., масло растит., соль йодир, масло слив, соус красный основной) 75/20	95	52,24
4,72	5,27	26,23	171,23	843	Гарнир пшено отварное вязкое (крупа пшеница, масло сливочное, соль йод.)	180	7,65
0	0	19,4	77,6	1014	Напиток с витаминами Витошка (вода, напиток Витошка)	200	7,65
1,5	0,2	10,2	48,6	-	Хлеб пшеничный йодированный	20	1,47
1,25	0,23	7,52	37,16	-	Хлеб ржаной	19	1,17
31,34	33,56	91,43	793,11		Итого	879	120,00
					Льготное питание		120,00
Полдник							
5,14	5,7	29,08	188,24	60	Пирожки печеные с капустой (тесто сдоб., капуста, лук, масло раст.)	75	8,66
0,06	0,02	13,47	54,3	621	Чай с вареньем (чай, варенье)	200/20	11,65
5,2	5,72	42,55	242,54		Итого	295	20,31
Дополнительно							
0,8	0,1	2,5	14,1	982	Закуска порционная (огурцы свежие)	100	12,20
10,8	9,31	18,28	200,1	157/998	Суп картофельный с бобовыми, с фаршем (картофель, горох, морковь, лук репч., масло раст., говядина)	25/250	38,80
13,46	5,53	8,86	157,05	272	Биточки рыбные по домашнему (минтай, крупа рис, молоко, лук репч., сухари панир., масло растит.)	75	33,70
14,68	15,39	22,92	288,91	754	Рыба, запеченная с луком по-Ленинградски (горбуша, картофель, лук репч., масло растит., мука пш., соль йодир.)	50/100/20	51,40
13,65	20,4	8,35	271,6	209	Кюфта по-московски (говядина, яйцо, лук репч., крупа рисовая, мука пшен., масло растит., соль йодир, масло слив.)	75	51,30
15,18	21,6	5,54	277,28	551	Бефстроганов (говядина, лук репч., масло растит., мука пш., томат, сметана, соль йодир.) 45/55	100	68,30
4,72	5,27	26,23	171,23	843	Гарнир пшено отварное вязкое (крупа пшеница, масло сливочное, соль йод.)	150	6,40
3,6	4,78	36,45	203,23	552	Рис отварной (крупа рисовая, масло слив., соль йод.)	150	11,70
3,09	4,47	20,1	132,99	371	Картофельное пюре (картофель, молоко, масло слив., соль йод.)	150	18,10
0,24	1,11	1,78	18,18	370	Соус красный основной (лук, морковь, мука, масло раст., масло слив., т. паста, соль йодир)	30	1,50
0,04	2,72	0,07	24,92		Масло сливочное	5	3,90
5,14	5,7	29,08	188,24	60	Пирожки печеные с капустой (тесто сдоб., капуста, лук, масло раст.)	75	8,70
8,61	12,06	24,59	241,34	92	Пицца Школьная (сыр, тесто сдоб., колбаса вар, лук реп., раст.масло, т.паста, сметана)	100	33,40
9,3	10,51	18,17	204,47	19	Беляши по-школьному (мука пшен., дрожжи пресс., сахар-песок, соль йодир., говядина, лук репч., масло растит.)	80	31,20
6,79	10,15	40,27	279,8	696	Кокрок Малыш (мука пшен., масло слив., молоко, сахар, яйцо, соль йод, молоко сгущенное вареное)	75	19,90
5,5	9,0	60,0	340		Ромовая Баба БХП	100	22,40
14,4	23,2	24	360		Самса Слоеная с сыром БХП	80	41,10
6,8	8	50,4	296		Булочка Плюшка Московская БХП	80	16,60
4,95	23,1	59,4	462		Кекс Домашний (шарлотка) БХП	110	38,00
6	13,6	53,6	352		Булочка Ежик БХП	80	16,00
0,99	0,06	18,36	77,94	669а	Компот из кураги с вит С (курага, сахар, лимон.кислота, аскорб. кислота)	200	10,50
0	0	19,4	77,6	1014	Напиток с витаминами Витошка (вода, напиток Витошка)	200	7,70
0,06	0,02	13,47	54,3	621	Чай с вареньем (чай, варенье)	200/20	11,70
-	-	-	-	-	Чай пакетированный	200	6,77
0	0	9,08	36,32	663	Чай с сахаром (чай, сахар-песок)	200	1,70
1,36	1,41	2,14	26,69	603	Чай с молоком (чай, молоко)	50/150	5,30
-	-	-	-	-	Вода негазированная	0,5 л.	32,00
1,4	0,40	22,8	100,4	-	Сок фруктовый в потребительской упаковке	1/200	17,34
2,25	0,30	15,3	72,9	-	Хлеб пшеничный йодированный	30	2,20

ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР

КАЛЬКУЛЯТОР

ЗАВ ПРОИЗВОДСТВОМ



А.М.ШАХОВА

С.А.БАТУРИНА

Б	Ж	У	ЭЦ ккал	№ ТТК	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб.
					Завтрак 7-11 лет		
12,09	15,43	2,49	197,25	199	Омлет натуральный с маслом (яйцо, молоко 3,2%, соль йодир., масло слив.)	120/10	39,55
1,82	1,67	13,32	75,19	986	Какао-напиток (какао порошок, сахар-песок, молоко)	200	9,06
3,68	0,49	24,99	119,07	-	Хлеб пшеничный йодированный	49	3,62
0,51	0,38	13,08	65,41	-	Груша	127	32,77
18,1	17,97	53,88	456,92		Итого		85,00
					Льготное питание		85,00
					Завтрак 12 лет и старше		
13,95	17,81	2,88	257,59	199	Омлет натуральный с маслом (яйцо, молоко 3,2%, соль йодир., масло слив.)	140/10	44,85
1,82	1,67	13,32	75,19	986	Какао-напиток (какао порошок, сахар-песок, молоко)	200	9,06
3,68	0,49	24,99	119,07	-	Хлеб пшеничный йодированный	49	3,62
0,5	0,38	12,98	64,95	-	Груша	126	32,47
19,95	20,35	54,17	516,8		Итого		90,00
					Льготное питание		90,00
					Обед 7-11 лет		
2,93	3,14	12,22	88,87	581	Суп картофельный с овсяными хлопьями и фаршем (говядина, картофель, хлопья овсяный Геркулес., лук репч., морковь, масло раст., соль йод.)	5/200	13,27
11,36	16,8	12,45	243,77	225/370	Котлета Незайка с соусом крас. осн (говядина, молоко, хлеб пш.йодир., лук репч., яйцо, сухари панир., масло подс. соль йдир.) 80/20	100	42,01
3,41	5,13	13,85	115,17	657	Капуста тушеная (капуста белокоч., морковь, лук репч., масло подсолн., томат паста, соль йод., сахар-песок, мука пшен.)	150	7,56
0,51	0,23	18,72	79	612	Компот из кураги и изюма с витамином С (курага, изюм, сахар, лим кисл, аскорб кислота)	190	9,64
1,5	0,2	10,20	48,60	-	Хлеб пшеничный йодированный	20	1,47
1,12	,2	6,73	33,25	-	Хлеб ржаной	17	1,05
0,60	0,20	19	80,20	-	Фруктовый десерт	1/100	30,00
21,43	25,9	93,17	688,86		Итого		105,00
					Льготное питание		105,00
					Обед 12 лет и старше		
3,71	3,99	15,5	112,72	581	Суп картофельный с овсяными хлопьями и фаршем (говядина, картофель, хлопья овсяный Геркулес., лук репч., морковь, масло раст., соль йод.)	10/250	21,18
14,77	21,45	16,19	316,9	225/370	Котлета Незайка с соусом крас. осн (говядина, молоко, хлеб пш.йодир., лук репч., яйцо, сухари панир., масло подс. соль йдир.) 80/50	130	43,49
4,54	6,84	18,46	153,56	657	Капуста тушеная (капуста белокоч., морковь, лук репч., масло подсолн., томат паста, соль йод., сахар-песок, мука пшен.)	200	10,06
0,54	0,24	19,71	83,16	612	Компот из кураги и изюма с витамином С (курага, изюм, сахар, лим кисл, аскорб кислота)	200	10,17
3,3	0,44	22,44	106,92	-	Хлеб пшеничный йодированный	44	3,25
1,98	0,36	11,18	58,68	-	Хлеб ржаной	30	1,85
0,60	0,20	19	80,20	-	Фруктовый десерт	1/100	30,00
29,44	33,52	122,48	912,14		Итого		120,00
					Льготное питание		120,00
					Полдник		
8,46	11,72	28,41	253,1	328	Плюшка "Эстонская" с сыром (тесто сдобное дрожжевое, сыр, масло слив.)	75	23,69
0	0	9,08	36,32	663	Чай с сахаром (чай, сахар-песок)	200	1,71
8,46	11,72	37,49	289,42		Итого	275	25,40
					Дополнительно		
3,71	3,99	15,5	112,72	581	Суп картофельный с овсяными хлопьями и фаршем (говядина, картофель, хлопья овсяный Геркулес., лук репч., морковь, масло раст., соль йод.)	10/250	21,20
13,44	12,53	11,92	214,21	225a/370	Котлета Незайка (говядина, молоко, хлеб пш.йодир., лук репч., яйцо, сухари панир., масло подс. соль йдир.)	80	51,30
16,65	25,69	6,23	322,86	226	Бифштекс Нежность (говядина, свинина, лук реп., сметана, хлеб, соль йод., мука пшен.,)	75	66,50
5,42	4,07	31,8	185,45	307	Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, масло сл., соль йодир.)	150	8,70
3,09	4,47	20,10	132,99	371	Картофельное пюре (картофель, молоко, масло слив., соль йод.)	150	18,10
3,41	5,13	13,85	115,17	657	Капуста тушеная (капуста белокоч., морковь, лук репч., масло подсолн., томат паста, соль йод., сахар-песок, мука пшен.)	150	7,60
0,24	1,11	1,78	18,18	370	Соус красный основной (лук, морковь, мука, масло раст., масло слив., т. паста, сольйодир)	30	1,50
5,04	4,64	30,76	185	60	Пирожки печеные с картофелем (мука, сахар-песок, масло сл, яйцо, картофель, лук репчат., масло раст., соль йодир.)	75	9,80
8,46	11,72	28,41	253,1	328	Плюшка "Эстонская" с сыром (тесто сдобное дрожжевое, сыр, масло слив.)	75	23,70
9,94	13,12	30	277,9	89	Пицца Дорожная (тесто сдобндрож, колбаса п/к, колбаса вар., т.паста, лук реп., масло рас., сметана, сыр, яйцо)	80	30,00
0,54	0,24	19,71	83,16	612	Компот из кураги и изюма с витамином С (курага, изюм, сахар, лим кисл, аскорб кислота)	200	10,20
1,82	1,67	13,32	75,19	986	Какао-напиток (какао порошок, сахар-песок, молоко)	200	9,10
-	-	-	-	-	Чай пакетированный	200	6,77
0	0	9,08	36,32	663	Чай с сахаром (чай, сахар-песок)	200	1,70
1,36	1,41	2,14	26,69	603	Чай с молоком (чай, молоко)	50/150	5,30
-	-	-	-	-	Вода негазированная	0,5 л.	32,00
1,4	0,40	22,8	100,4	-	Сок фруктовый в потребительской упаковке	1/200	17,34
2,25	0,30	15,3	72,9	-	Хлеб пшеничный йодированный	30	2,20

ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР

КАЛЬКУЛЯТОР

ЗАВ ПРОИЗВОДСТВОМ

Шарова

Батурина

А.М.ШАХОВА

С.А.БАТУРИНА