

Без ГМО
и
пищевых добавок



МКП «Городской комбинат школьного питания»

М Е Н Ю школы № _____

С 11.05.2021-14.05.2021 года

| Б | Ж | У | ЭЦ ккал | № ТТК | Наименование блюда | Выход, г | Цена, руб. |
|--------------------------------|-------|--------|------------|----------|---|-------------|--------------|
| 11 мая 2021 | | | | | | | |
| Завтрак 7-11 лет | | | | | | | |
| 3,7 | 4,04 | 0,25 | 56 | 776 | Яйцо вареное | 1 шт | 11,85 |
| 2,32 | 2,95 | 0 | 36,4 | 982 | Сыр порциями | 10 | 9,64 |
| 6,5 | 7,6 | 26,8 | 202,6 | 515 | Каша молочная гречневая с маслом (кр. гречневая, молоко, сахар-песок, масло сл., соль йодир.) | 150/7 | 15,26 |
| 1,74 | 1,76 | 16,6 | 89 | 987 | Напиток кофейный Школьный (кофейный напиток, молоко 3,2%, сахар-песок) | 200 | 7,13 |
| 3 | 0,41 | 20,9 | 102,5 | - | Хлеб пшеничный йодированный | 41 | 2,62 |
| 0 | 0 | 24 | 91 | - | Сок фруктовый в потребительской упаковке | 1/200 | 19,70 |
| 17,26 | 16,76 | 88,55 | 577,5 | | Итого | 648 | 66,20 |
| | | | | | | | 66,20 |
| Льготное питание | | | | | | | |
| Завтрак 12 лет и старше | | | | | | | |
| 3,7 | 4,04 | 0,25 | 56 | 776 | Яйцо вареное | 1 шт | 11,85 |
| 3,94 | 5,01 | 0 | 61,4 | 982 | Сыр порциями | 17 | 16,38 |
| 7,83 | 8,19 | 32,2 | 233,9 | 515 | Каша молочная гречневая с маслом (кр. гречневая, молоко, сахар-песок, масло сл., соль йодир.) | 180/6 | 16,97 |
| 1,81 | 1,67 | 13,22 | 75 | 986 | Напиток кофейный Школьный (кофейный напиток, молоко 3,2%, сахар-песок) | 200 | 7,13 |
| 3,45 | 0,46 | 23,4 | 115 | - | Хлеб пшеничный йодированный | 46 | 2,97 |
| 0 | 0 | 24 | 91 | - | Сок фруктовый в потребительской упаковке | 1/200 | 19,70 |
| 20,73 | 19,37 | 93,07 | 632,3 | | Итого | 689 | 75,00 |
| | | | | | | | 75,00 |
| Льготное питание | | | | | | | |
| Обед 7-11 лет | | | | | | | |
| 2,8 | 5,06 | 12,6 | 107,4 | 1000 | Суп рисовый «Восточный» с фаршем (фарш говяж., крупа рисов., лук репч., морковь, томат, паста, чеснок, соль йодир.) | 5/200 | 13,09 |
| 10,55 | 10,34 | 7,52 | 165,4 | 1026 | Биточки паровые с соусом (говядина, хлеб пш., масло раст., сухарь панир., молоко 3,2%, соль йодир.) 70/20 | 90 | 31,30 |
| 5,30 | 3,93 | 32,73 | 187,5 | 307 | Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, масло сл., соль йодир.) | 150 | 8,12 |
| 0,05 | 0,02 | 9,1 | 56 | 432 | Чай с лимоном(чай, сахар-песок, лимон) | 200/4 | 3,38 |
| 2,25 | 0,3 | 15,3 | 75 | - | Хлеб пшеничный йодированный | 30 | 1,81 |
| 1,98 | 0,36 | 11,88 | 39 | - | Хлеб ржаной | 20 | 1,03 |
| 1 | 0,2 | 20,2 | 91 | | Сок фруктовый в потребительской упаковке | 1/200 | 19,70 |
| 23,93 | 20,21 | 109,33 | 721,3 | | Итого | 899 | 78,43 |
| | | | | | | | 78,00 |
| Льготное питание | | | | | | | |
| Обед 12 лет и старше | | | | | | | |
| 6 | 8,2 | 15,7 | 161,8 | 1000 | Суп рисовый «Восточный» с фаршем (фарш говяж., крупа рисов., лук репч., морковь, томат, паста, чеснок, соль йодир.) | 15/250 | 18,53 |
| 12,78 | 12,4 | 8,88 | 198,3 | 1026 | Биточки паровые с соусом (говядина, хлеб пш., масло раст., сухарь панир., молоко 3,2%, соль йодир.) 85/20 | 105 | 37,84 |
| 6,36 | 4,71 | 39,28 | 225 | 307 | Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, масло сл., соль йодир.) | 180 | 9,74 |
| 0,05 | 0,02 | 9,1 | 56 | 432 | Чай с лимоном(чай, сахар-песок, лимон) | 200/4 | 3,38 |
| 2,25 | 0,3 | 15,3 | 75 | - | Хлеб пшеничный йодированный | 30 | 1,81 |
| 1,98 | 0,36 | 11,88 | 39 | - | Хлеб ржаной | 20 | 1,03 |
| 1 | 0,2 | 20,2 | 91 | | Сок фруктовый в потребительской упаковке | 1/200 | 19,70 |
| 30,42 | 26,19 | 120,34 | 846,1 | | Итого | 1004 | 92,03 |
| | | | | | | | 90,00 |
| Льготное питание | | | | | | | |
| 12 мая 2021 | | | | | | | |

| <u>Завтрак 7- 11 лет</u> | | | | | | | |
|--------------------------------|-------|--------|--------|-----|--|------------|--------------|
| 6,3 | 5,53 | 13,77 | 135,5 | 868 | Бутерброд с сыром(сыр Российский, хлеб) | 18/28 | 19,01 |
| 5,37 | 9,31 | 27,02 | 213,3 | 899 | Каша молочная манная с маслом(крупа манная, молоко, соль йодир., сахар-песок, масло слив.) | 180/10 | 15,94 |
| 13,84 | 12,87 | 39,9 | 331 | 397 | Ватрушка «Королевская» (творог, сахар, масло слив., мука пшен., яйцо) | 100 | 29,57 |
| 0,05 | 0,02 | 9,1 | 37 | 663 | Чай с сахаром(чай, сахар-песок) | 200 | 1,68 |
| 25,56 | 27,73 | 89,79 | 716,8 | | Итого | 536 | 66,20 |
| | | | | | Льготное питание | | 66,20 |
| <u>Завтрак 12 лет и старше</u> | | | | | | | |
| 6,15 | 5,5 | 12,7 | 130,5 | 868 | Бутерброд с сыром(сыр Российский, хлеб) | 18/26 | 18,94 |
| 5,37 | 9,31 | 27,02 | 213,3 | 899 | Каша молочная манная с маслом(крупа манная, молоко, соль йодир., сахар-песок, масло слив.) | 180/10 | 15,94 |
| 17,38 | 15,01 | 51,9 | 412,4 | 397 | Ватрушка «Королевская» (творог, сахар, масло слив., мука пшен., яйцо) | 130 | 38,44 |
| 0,05 | 0,02 | 9,1 | 37 | 663 | Чай с сахаром(чай, сахар-песок) | 200 | 1,68 |
| 28,95 | 29,84 | 100,72 | 793,2 | | Итого | 564 | 75,00 |
| | | | | | Льготное питание | | 75,00 |
| <u>Обед 7-11 лет</u> | | | | | | | |
| 0,42 | 0,06 | 1,14 | 6,6 | 982 | Закуска порционная (помидоры свежие) | 60 | 13,72 |
| 3,1 | 5,1 | 11,5 | 105,2 | 149 | Рассольник Домашний с фаршем (говядина, капуста, картофель, морковь, лук репч., томат паста, масло подсолн., огурцы солен., соль йодир.) | 5/200 | 15,60 |
| 12,72 | 23,01 | 39,5 | 416,3 | 523 | Плов из говядины с овощами (говядина, крупа рисовая, морковь, лук репч., томат, масло подсолн., соль йодир.) | 30/150 | 40,00 |
| 0,57 | 0,07 | 24 | 99,36 | 611 | Компот из сухофруктов с витамином С (сухофрукты, сахар-песок, витамин С.) | 200 | 4,49 |
| 3 | 0,4 | 20,4 | 100 | - | Хлеб пшеничный йодированный | 44 | 2,64 |
| 1,98 | 0,36 | 11,88 | 39 | - | Хлеб ржаной | 30 | 1,55 |
| 21,79 | 29 | 108,42 | 766,46 | | Итого | 719 | 78,00 |
| | | | | | Льготное питание | | 78,00 |
| <u>Обед 12 лет и старше</u> | | | | | | | |
| 0,7 | 0,1 | 1,9 | 11,0 | 982 | Закуска порционная (помидоры свежие) | 100 | 22,87 |
| 3,6 | 6,1 | 14,4 | 127,7 | 149 | Рассольник Домашний с фаршем (говядина, капуста, картофель, морковь, лук репч., томат паста, масло подсолн., огурцы солен., соль йодир.) | 5/250 | 18,42 |
| 14,4 | 25,2 | 42,1 | 453,2 | 523 | Плов из говядины с овощами (говядина, крупа рисовая, морковь, лук репч., томат, масло подсолн., соль йодир.) | 35/160 | 45,43 |
| 0,57 | 0,07 | 24 | 99,36 | 611 | Компот из сухофруктов с витамином С (сухофрукты, сахар-песок, витамин С.) | 200 | 4,49 |
| 3 | 0,4 | 20,4 | 100 | - | Хлеб пшеничный йодированный | 40 | 2,42 |
| 1,98 | 0,36 | 11,88 | 39 | - | Хлеб ржаной | 20 | 1,03 |
| 24,25 | 32,23 | 114,68 | 830,26 | | Итого | 805 | 94,66 |
| | | | | | Льготное питание | | 90,00 |
| <u>13 мая 2021</u> | | | | | | | |
| <u>Завтрак 7-11 лет</u> | | | | | | | |
| 0,76 | 3,56 | 3,08 | 47,6 | 984 | Закуска порционная (икра кабачковая) | 40 | 11,63 |
| 8,62 | 13,94 | 10,07 | 200,2 | 626 | Биточки рыбные с маслом (минтай, хлеб пшеничный, сухарь панировочный, масло подсолнечное, соль йодир., масло слив.) | 70/10 | 25,19 |
| 3,06 | 4,4 | 20,04 | 132 | 371 | Пюре картофельное (картофель, молоко, масло слив., соль йод.) | 150 | 20,38 |
| 0 | 0 | 24 | 95 | 902 | Кисель детский «Витошка» (концентрат киселя, вода) | 200 | 6,83 |
| 2,7 | 0,36 | 18,36 | 90 | - | Хлеб пшеничный йодированный | 36 | 2,17 |
| 15,14 | 22,26 | 75,55 | 564,8 | | Итого | 506 | 66,20 |
| | | | | | Льготное питание | | 66,20 |
| <u>Завтрак 12 лет и старше</u> | | | | | | | |
| 1,14 | 5,34 | 4,62 | 71,4 | 984 | Закуска порционная (икра кабачковая) | 60 | 13,96 |
| 9,84 | 14,9 | 11,49 | 219,4 | 626 | Биточки рыбные с маслом (минтай, хлеб пшеничный, сухарь панировочный, масло подсолнечное, соль йодир., масло слив.) | 80/10 | 28,00 |
| 3,6 | 5,3 | 24,05 | 158 | 371 | Пюре картофельное (картофель, молоко, масло слив., соль йод.) | 180 | 24,46 |

| | | | | | | | |
|-------|-------|--------|--------|---------|--|------------|--------------|
| 0,75 | 0 | 18 | 75 | 902 | Кисель детский «Витошка» (концентрат киселя, вода) | 200 | 6,83 |
| 2,17 | 0,29 | 14,79 | 72,5 | - | Хлеб пшеничный йодированный | 29 | 1,75 |
| 17,5 | 25,83 | 72,95 | 596,3 | | Итого | 559 | 75,00 |
| | | | | | Льготное питание | | 75,00 |
| | | | | | Обед 7-11 лет | | |
| 2,8 | 5 | 6,6 | 83 | 197/998 | Щи из свежей капусты с фаршем (говядина, картофель, капуста, морковь, лук репч., томат паста, масло раст., соль йод.) | 5/200 | 11,52 |
| 8,9 | 10,2 | 3,6 | 142,5 | 550 | Гуляш мясной (говядина, лук репч., томат паста, масло раст., соль йод.) 30/60 | 90 | 29,48 |
| 8,2 | 5,3 | 35,9 | 224 | 632 | Гарнир каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, масло сливочное, соль йод.) | 150 | 11,97 |
| 0,34 | 0,12 | 16,38 | 68,05 | 591 | Напиток из шиповника (шиповник, лимон, сахар-песок) | 180 | 6,28 |
| 2,25 | 0,3 | 15,3 | 75 | - | Хлеб пшеничный йодированный | 30 | 1,81 |
| 1,98 | 0,36 | 11,88 | 39 | - | Хлеб ржаной | 20 | 1,03 |
| 5,8 | 6,4 | 9,4 | 120 | - | Молоко питьевое в потребительской упаковке | 1/200 | 20,28 |
| 30,27 | 27,68 | 99,06 | 751,55 | | Итого | 875 | 82,37 |
| | | | | | Льготное питание | | 78,00 |
| | | | | | Обед 12 лет и старше | | |
| 3,1 | 6,0 | 8,2 | 99,9 | 197/998 | Щи из свежей капусты с фаршем (говядина, картофель, капуста, морковь, лук репч., томат паста, масло раст., соль йод.) | 5/250 | 13,32 |
| 10,36 | 11,69 | 3,91 | 162,3 | 550 | Гуляш мясной (говядина, лук репч., томат паста, масло раст., соль йод.) 35/65 | 100 | 34,13 |
| 9,8 | 6,4 | 43 | 269 | 632 | Гарнир каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, масло сливочное, соль йод.) | 180 | 14,36 |
| 0,34 | 0,12 | 16,38 | 68,05 | 667 | Напиток из шиповника (шиповник, лимон, сахар-песок) | 180 | 6,28 |
| 2,25 | 0,3 | 15,3 | 75 | - | Хлеб пшеничный йодированный | 30 | 1,81 |
| 1,98 | 0,36 | 11,88 | 39 | - | Хлеб ржаной | 20 | 1,03 |
| 5,8 | 6,4 | 9,4 | 120 | - | Молоко питьевое в потребительской упаковке | 1/200 | 20,28 |
| 33,63 | 31,27 | 108,07 | 833,25 | | Итого | 965 | 91,21 |
| | | | | | Льготное питание | | 90,00 |
| | | | | | 14 мая 2021 | | |
| | | | | | Завтрак 7-11 лет | | |
| 8,95 | 12,4 | 7,06 | 175,7 | 656 | Котлета Московская (говядина, лук репч., сухари панир., хлеб пшен., соль йодир., масло растит.) | 65 | 26,27 |
| 5,30 | 3,93 | 32,73 | 187,5 | 307 | Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, масло сл., соль йодир.) | 150 | 8,12 |
| 0,26 | 1,18 | 19,82 | 91 | 904 | Напиток из облепихи, протертой с сахаром (облепиха, протертая с сахаром, сахар-песок) | 200 | 10,48 |
| 2,02 | 0,27 | 13,77 | 67,5 | - | Хлеб пшеничный йодированный | 27 | 1,63 |
| 0 | 0 | 24 | 91 | - | Сок фруктовый в потребительской упаковке | 1/200 | 19,70 |
| 16,53 | 17,78 | 97,38 | 612,7 | | Итого | 662 | 66,20 |
| | | | | | Льготное питание | | 66,20 |
| | | | | | Завтрак 12 лет и старше | | |
| 11,02 | 15,27 | 8,69 | 216,3 | 656 | Котлета Московская (говядина, лук репч., сухари панир., хлеб пшен., соль йодир., масло растит.) | 80 | 32,33 |
| 6,36 | 4,71 | 39,2 | 225,05 | 307 | Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, масло сл., соль йодир.) | 180 | 9,74 |
| 0,26 | 1,18 | 19,82 | 91 | 904 | Напиток из облепихи, протертой с сахаром (облепиха, протертая с сахаром, сахар-песок) | 200 | 10,48 |
| 3,37 | 0,45 | 22,95 | 112,5 | - | Хлеб пшеничный йодированный | 45 | 2,75 |
| 0 | 0 | 24 | 91 | - | Сок фруктовый в потребительской упаковке | 1/200 | 19,70 |
| 21,01 | 21,61 | 114,66 | 735,85 | | Итого | 705 | 75,00 |
| | | | | | Льготное питание | | 75,00 |
| | | | | | Обед 7-11 лет | | |
| 0,42 | 0,06 | 1,14 | 6,6 | 982 | Закуска порционная (огурцы свежие) | 60 | 14,46 |
| 5,4 | 5 | 14,3 | 125 | 157/998 | Суп картофельный с бобовыми, с фаршем (картофель, горох, морковь, лук репч., масло раст., говядина) | 5/200 | 12,61 |
| 9,82 | 16,18 | 8,92 | 220,6 | 1029 | Котлета Мечта с соусом (минтай, свинина, хлеб пшен., молоко, лук репч., сухари панир., масло растит., соль йодир, соус белый основной) 70/20 | 90 | 24,74 |

| | | | | | | | |
|---------------|---------------|---------------|--------------|------------|---|------------|--------------|
| 3,5 | 4,2 | 35,6 | 195 | 297 | Рис розовый (крупа рисовая, томат, масло слив., соль йодир.) | 150 | 10,26 |
| 0,342 | 0,047 | 14,65 | 60,4 | 693 | Чай с медом (чай, мед) | 200/20 | 12,72 |
| 2,69 | 0,36 | 18,36 | 90 | - | Хлеб пшеничный йодированный | 36 | 2,18 |
| 1,98 | 0,36 | 11,88 | 39 | - | Хлеб ржаной | 20 | 1,03 |
| 24,152 | 26,207 | 104,85 | 736,6 | | Итого | 781 | 78,00 |
| | | | | | Льготное питание | | 78,00 |
| | | | | | Обед 12 лет и старше | | |
| 0,7 | 0,1 | 1,9 | 11 | 982 | Закуска порционная (огурцы свежие) | 100 | 24,10 |
| 6,4 | 6,0 | 17,9 | 152 | 157 998 | Суп картофельный с бобовыми, с фаршем (картофель, горох, морковь, лук репч., масло раст., говядина) | 5/250 | 14,68 |
| 9,88 | 16,51 | 9,26 | 225,1 | 1029 | Коглета Мелта с соусом (минтай, свинина, хлеб пшен., молоко, лук репч., сушари панир., масло растит., соль йодир., соус белый основной) 70/30 | 100 | 25,05 |
| 4,3 | 5,1 | 42,7 | 234 | 297 | Рис розовый (крупа рисовая, томат, масло слив., соль йодир.) | 180 | 12,31 |
| 0,342 | 0,047 | 14,65 | 60,4 | 693 | Чай с медом (чай, мед) | 200/20 | 12,72 |
| 2,25 | 0,3 | 15,3 | 75 | - | Хлеб пшеничный йодированный | 30 | 1,81 |
| 1,98 | 0,36 | 11,88 | 39 | - | Хлеб ржаной | 20 | 1,03 |
| 25,852 | 28,417 | 113,59 | 796,5 | | Итого | 905 | 91,70 |
| | | | | | Льготное питание | | 90,00 |

ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР
КАЛЬКУЛЯТОР
ЗАВ ПРОИЗВОДСТВОМ

А.М.ШАХОВА
А.П.МАЛЫГИНА

<http://комбинат-уу.рф>