

Без ГМО
и
пищевых добавок

«Согласовано»
Директор школы № _____

МБУ «Городской комбинат школьного питания»

М Е Н Ю школы № _____

С 14.10.2024 - 18.10.2024 года

Б	Ж	У	ЭЦ ккал	№ ТТК	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб.
					НЕДЕЛЯ 3		
					ПОНЕДЕЛЬНИК		
					Завтрак 7-11 лет		
5,08	4,60	0,28	62,84	776	Яйцо вареное	40	16,50
7,77	5,13	28,03	189,37	898	Каша молочная овсяная «Геркулес» без сахара (хлопья овсяные «Геркулес», молоко, соль йод..)	200	15,19
8,77	14,91	16,3	234,51	893	Бутерброд с сыром и маслом (сыр, масло сливочное, хлеб пш.) 21/10/37	68	34,05
0,04	0	0,11	0,6	431	Чай с лимоном без сахара (чай ,лимон)	200/4	1,94
0	0	13,75	55,00		Пюре фруктовое в п/у	125	22,32
21,66	24,64	58,47	542,32		Итого	637	90,00
					Льготное питание		90,00
					Завтрак 12 лет и старше		
5,08	4,60	0,28	62,84	776	Яйцо вареное	40	16,50
7,77	5,13	28,03	189,37	898	Каша молочная овсяная «Геркулес» без сахара (хлопья овсяные «Геркулес», молоко, соль йод..)	200	15,19
8,77	14,91	16,3	234,51	893	Бутерброд с сыром и маслом (сыр, масло сливочное, хлеб пш.) 21/10/37	68	34,05
0,04	0	0,11	0,6	431	Чай с лимоном без сахара (чай ,лимон)	200/4	1,94
0	0	13,75	55,00		Пюре фруктовое в п/у	125	22,32
21,66	24,64	58,47	542,32		Итого	637	90,00
					Льготное питание		90,00
					Обед 7-11 лет		
6,09	9,98	11,60	173,61	694	Суп лапша-домашняя с фрикадельками (фрикадельки мясные, лапша Роллтон., лук репч., морковь, масло растит., соль йодир.) 30/220	250	31,92
10,60	16,65	13,12	214,79	1042/370	Зразы ленивые с соусом красным (говядина, батон, яйцо, молоко, лук репчатый, сухарь панир., соль йод., масло подс., соус красный осн.) 80/30	110	45,81
4,74	5,32	47,56	277,08	297	Рис розовый (крупа рисовая, масло слив., томат. паста, соль йод.)	200	19,05
0,1	0	0,03	1,33	1009	Чай черный (чай)	200	0,61
2,33	0,31	15,81	75,33	-	Хлеб пшеничный йодированный	31	2,58
23,86	32,26	88,12	777,14	-	Яблоко свежее	160	20,03
					Итого	951	120,00
					Льготное питание		120,00
					Обед 12 лет и старше		
6,09	9,98	11,60	173,61	694	Суп лапша-домашняя с фрикадельками (фрикадельки мясные, лапша Роллтон., лук репч., морковь, масло растит., соль йодир.) 30/220	250	31,92
10,60	16,65	13,12	214,79	1042/370	Зразы ленивые с соусом красным (говядина, батон, яйцо, молоко, лук репчатый, сухарь панир., соль йод., масло подс., соус красный осн.) 80/30	110	45,81
4,74	5,32	47,56	277,08	297	Рис розовый (крупа рисовая, масло слив., томат. паста, соль йод.)	200	19,05
0,1	0	0,03	1,33	1009	Чай черный (чай)	200	0,61
2,33	0,31	15,81	75,33	-	Хлеб пшеничный йодированный	31	2,58
23,86	32,26	88,12	777,14	-	Яблоко свежее	160	20,03
					Итого	951	120,00
					Льготное питание		120,00
					ВТОРНИК		

					<u>Завтрак 7-11 лет</u>		
3,71	4,72	0	57,33		Сыр порциями	16	14,72
7,86	5,85	34,21	221,00	515	Каша молочная пшеничная с маслом без сахара (крупа пшеничная, молоко, соль йод., масло слив.) 190/10	200	25,46
1,51	1,13	3,53	30,33	1066	Кофейный напиток злаковый без сахара (кофейный напиток, молоко)	200	9,12
2,25	0,3	15,3	72,90	-	Хлеб пшеничный йодированный	30	2,49
2,00	6,40	19,00	140,00		Напиток овсяный в п/у	1/200	38,21
17,33	18,4	72,04	521,56		Итого	646	90,00
					Льготное питание		90,00
					<u>Завтрак 12 лет и старше</u>		
3,71	4,72	0	57,33		Сыр порциями	16	14,72
7,86	5,85	34,21	221,00	515	Каша молочная пшеничная с маслом без сахара (крупа пшеничная, молоко, соль йод., масло слив.) 190/10	200	25,46
1,51	1,13	3,53	30,33	1066	Кофейный напиток злаковый без сахара (кофейный напиток, молоко)	200	9,12
2,25	0,3	15,3	72,90	-	Хлеб пшеничный йодированный	30	2,49
2,00	6,40	19,00	140,00		Напиток овсяный в п/у	1/200	38,21
17,33	18,4	72,04	521,56		Итого	646	90,00
					Льготное питание		90,00
					<u>Обед 7-11 лет</u>		
5,16	9,47	15,36	167,36	17	Уха Рыбацкая с сайрой (картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное, масло сливочное, сайра) 10/250	260	25,20
14,26	16,68	5,46	228,95	675	Мясо тушеное с морковью и луком (говядина, морковь, лук репч., масло подсол., томат, мука пшен., соль йодир.) 50/70	120	71,08
7,22	5,42	42,40	247,26	307	Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, масло сливочное, соль йодиров.)	200	14,04
0,99	0,06	9,28	41,62	669	Компот из кураги с витамином С без сахара (курага, лимонная кислота, аскорбиновая кислота)	200	6,52
2,85	0,38	19,38	92,34	-	Хлеб пшеничный йодированный	38	3,16
30,48	32,01	91,88	777,53		Итого	818	120,00
					Льготное питание		120,00
					<u>Обед 12 лет и старше в т.ч ОВЗ</u>		
5,16	9,47	15,36	167,36	17	Уха Рыбацкая с сайрой (картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное, масло сливочное, сайра) 10/250	260	25,20
14,26	16,68	5,46	228,95	675	Мясо тушеное с морковью и луком (говядина, морковь, лук репч., масло подсол., томат, мука пшен., соль йодир.) 50/70	120	71,08
7,22	5,42	42,40	247,26	307	Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, масло сливочное, соль йодиров.)	200	14,04
0,99	0,06	9,28	41,62	669	Компот из кураги с витамином С без сахара (курага, лимонная кислота, аскорбиновая кислота)	200	6,52
2,85	0,38	19,38	92,34	-	Хлеб пшеничный йодированный	38	3,16
30,48	32,01	91,88	777,53		Итого	818	120,00
					Льготное питание		120,00
					СРЕДА		
					<u>Завтрак 7-11 лет</u>		
0,55	0,10	1,90	10,70	982	Закуска порционированная (помидоры свежие)	50	15,30
10,82	18,25	11,82	214,78	1055	Шницель мясной с соусом красным (говядина, свинина, батон., соль йод., сухарь панир., яйцо, чеснок сушеный, масло раст., соус красный осн.) 80/20	100	43,93

7,43	5,69	45,58	233,23	632	Гарнир каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, соль йод., масло сл.)	180	13,56
0,15	0	14,61	59,04	977	Чай с мёдом (чай, мёд)	200/20	14,47
2,48	0,33	16,83	80,19	-	Хлеб пшеничный йодированный	33	2,74
21,43	24,37	90,74	597,94		Итого	583	90,00
					Льготное питание		90,00
					<u>Завтрак 12 лет и старше</u>		
0,55	0,10	1,90	10,70	982	Закуска порционированная (помидоры свежие)	50	15,30
10,82	18,25	11,82	214,78	1055	Шницель мясной с соусом красным (говядина, свинина, батон., соль йод., сухарь панир., яйцо, чеснок сушеный, масло раст., соус красный осн.) 80/20	100	43,93
7,43	5,69	45,58	233,23	632	Гарнир каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, соль йод., масло сл.)	180	13,56
0,15	0	14,61	59,04	977	Чай с мёдом (чай, мёд)	200/20	14,47
2,48	0,33	16,83	80,19	-	Хлеб пшеничный йодированный	33	2,74
21,43	24,37	90,74	597,94		Итого	583	90,00
					Льготное питание		90,00
					<u>Обед 7-11 лет</u>		
4,02	7,46	15,63	168,83	167	Рассольник «Ленинградский» (картофель, крупа перловая, огурцы сол., морковь, лук репч., томат паста, масло раст., соль йод.) 20/230	250	29,95
12,82	5,27	8,44	162,43	272	Биточки рыбные по-домашнему с соусом белым (минтай, лук репчатый, яйцо, крупа рисовая, сухарь паниров., масло подс., соль йод., соус белый осн.) 80/20	100	38,59
3,71	5,36	24,12	179,59	371	Пюре картофельное (картофель, молоко, масло слив, соль йод.)	180	27,22
0,21	0,03	3,23	19,39	667	Напиток из шиповника без сахара (шиповник, лимон)	200	5,18
2,25	0,30	15,30	72,90	-	Хлеб пшеничный йодированный	35	2,91
1,40	0,40	22,80	100,40	-	Сок фруктовый в п/у	200	16,15
22,58	16,43	90	776,54		Итого	965	120,00
					Льготное питание		120,00
					<u>Обед 12 лет и старше</u>		
4,02	7,46	15,63	168,83	167	Рассольник «Ленинградский» (картофель, крупа перловая, огурцы сол., морковь, лук репч., томат паста, масло раст., соль йод.)	250	29,95
12,82	5,27	8,44	162,43	272	Биточки рыбные по-домашнему с соусом белым (минтай, лук репчатый, яйцо, крупа рисовая, сухарь паниров., масло подс., соль йод., соус белый осн.) 80/20	100	38,59
3,71	5,36	24,12	179,59	371	Пюре картофельное (картофель, молоко, масло слив, соль йод.)	180	27,22
0,21	0,03	3,23	19,39	667	Напиток из шиповника без сахара (шиповник, лимон)	200	5,18
2,25	0,30	15,30	72,90	-	Хлеб пшеничный йодированный	35	2,91
1,40	0,40	22,80	100,40	-	Сок фруктовый в п/у	200	16,15
22,58	16,43	90	776,54		Итого	965	120,00
					Льготное питание		120,00
					ЧЕТВЕРГ		
					<u>Завтрак 7-11 лет</u>		
25,02	11,4	45,24	383,64	187	Запеканка творожная с рисом (творог, сметана, крупа рисовая, сухари панировочные, масло слив., мука, сахар, яйцо, ванилин)	200	62,38
1,36	1,41	2,14	26,69	603	Чай с молоком (чай, молоко, вода)	200	6,86
3,00	0,40	20,40	97,20	-	Хлеб пшеничный йодированный	40	3,33
0,56	0,56	13,62	61,72	-	Яблоко свежее	139	17,43
29,94	13,77	81,4	569,25		Итого	579	90,00
					Льготное питание		90,00
					<u>Завтрак 12 лет и старше</u>		
25,02	11,4	45,24	383,64	187	Запеканка творожная с рисом (творог, сметана, крупа рисовая, сухари панировочные, масло слив., мука, сахар, яйцо, ванилин)	200	62,38
1,36	1,41	2,14	26,69	603	Чай с молоком (чай, молоко, вода)	200	6,86
3,00	0,40	20,40	97,20	-	Хлеб пшеничный йодированный	40	3,33
0,56	0,56	13,62	61,72	-	Яблоко свежее	139	17,43

29,94	13,77	81,4	569,25		Итого	579	90,00
					Льготное питание		90,00
					Обед 7-11 лет		
6,02	6,54	23,74	171,88	157	Суп картофельный с бобовыми, и гречками (картофель, горох, морковь, лук репч., соль йодир., масло растит., гречки) 240/10	250	9,50
20,08	30,21	43,46	476,00	523	Плов из говядины с овощами (крупа рисовая, говядина, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное, соль йод.) 50/180	230	89,75
0,22	0,05	0,14	10,94	431	Чай с лимоном без сахара (чай „лимон)	200/4	1,94
2,33	0,31	15,81	75,33	-	Хлеб пшеничный йодированный	32	2,66
1,40	0,40	22,80	100,40	-	Сок фруктовый в п/у	200	16,15
29,87	37,46	115	860,53		Итого	916	120,00
					Льготное питание		120,00
					Обед 12 лет и старше		
6,02	6,54	23,74	171,88	157	Суп картофельный с бобовыми, и гречками (картофель, горох, морковь, лук репч., соль йодир., масло растит., гречки) 240/10	250	9,50
20,08	30,21	43,46	476,00	523	Плов из говядины с овощами (крупа рисовая, говядина, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное, соль йод.) 50/180	230	89,75
0,22	0,05	0,14	10,94	431	Чай с лимоном без сахара (чай „лимон)	200/4	1,94
2,33	0,31	15,81	75,33	-	Хлеб пшеничный йодированный	32	2,66
1,40	0,40	22,80	100,40	-	Сок фруктовый в п/у	200	16,15
29,87	37,46	115	860,53		Итого	916	120,00
					Льготное питание		120,00
					ПЯТНИЦА		
					Завтрак 7-11 лет		
0,28	0,04	0,88	4,94	984	Закуска порционированная (огурцы свежие)	35	10,44
11,73	17,92	12,28	257,35	246	Котлета Домашняя с соусом красным (говядина, свинина, батон., соль йод., сухарь панир., яйцо, масло раст., соус красный осн.) 80/30	110	44,02
3,58	7,04	22,36	167,12	867	Пюре овощное (картофель, морковь, молоко, масло слив, соль йод.)	180	29,08
0,57	0	10,47	44,13	611а	Компот из смеси сухофруктов с витамином С без сахара (сухофрукты, витамин С.)	200	3,22
2,93	0,39	19,89	94,77	-	Хлеб пшеничный йодированный	39	3,24
19,09	25,39	65,88	568,31		Итого	564	90,00
					Льготное питание		90,00
					Завтрак 12 лет и старше		
0,28	0,04	0,88	4,94	984	Закуска порционированная (огурцы свежие)	35	10,44
11,73	17,92	12,28	257,35	246	Котлета Домашняя с соусом красным (говядина, свинина, батон., соль йод., сухарь панир., яйцо, масло раст., соус красный осн.) 80/30	110	44,02
3,58	7,04	22,36	167,12	867	Пюре овощное (картофель, морковь, молоко, масло слив, соль йод.)	180	29,08
0,57	0	10,47	44,13	611а	Компот из смеси сухофруктов с витамином С без сахара (сухофрукты, витамин С.)	200	3,22
2,93	0,39	19,89	94,77	-	Хлеб пшеничный йодированный	39	3,24
19,09	25,39	65,88	568,31		Итого	564	90,00
					Льготное питание		90,00
					Обед 7-11 лет		
7,04	11,57	11,82	179,57	165	Борщ с капустой, картофелем и фрикадельками (фрикадельки мясные, картофель, капуста, морковь, лук репч., свекла, томат паста, масло раст., соль йод.) 20/230	250	24,46
10,69	14,88	8,44	210,44	222	Ёжики мясные с соусом красным (говядина, свинина, крупа рисовая, лук репч., соль йод, соус красный осн.) 80/30	110	44,30
7,85	6,00	48,11	277,86	676	Гарнир каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, соль йодиров., масло сл.)	190	14,31
0,19	0,08	11,28	46,60	1083	Напиток из ягоды протертой (смородина протертая)	200	12,20
2,18	0,29	14,79	70,47	-	Хлеб пшеничный йодированный	29	2,41

0	0	13,75	55,00		Пюре фруктовое в п/у	125	22,32
27,95	32,82	108,19	839,94		Итого	904	120,00
					Льготное питание		120,00
					Обед 12 лет и старше		
7,04	11,57	11,82	179,57	165	Борщ с капустой, картофелем и фрикадельками (фрикадельки мясные, картофель, капуста, морковь, лук репч., свекла, томат паста, масло раст., соль йод.) 20/230	250	24,46
10,69	14,88	8,44	210,44	222	Ёжики мясные с соусом красным (говядина, свинина, крупа рисовая, лук репч., соль йод, соус красный осн.) 80/30	110	44,30
7,85	6,00	48,11	277,86	676	Гарнир каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, соль йодиров., масло сл.)	190	14,31
0,19	0,08	11,28	46,60	1083	Напиток из ягоды протертой (смородина протертая)	200	12,20
2,18	0,29	14,79	70,47	-	Хлеб пшеничный йодированный	29	2,41
0	0	13,75	55,00		Пюре фруктовое в п/у	125	22,32
27,95	32,82	108,19	839,94		Итого	904	120,00
					Льготное питание		120,00

ДИРЕКТОР

КАЛЬКУЛЯТОР

ЗАВ ПРОИЗВОДСТВОМ



А.М.ШАХОВА

А.П.МАЛЫГИНА

<http://комбинат-уу.рф>