

Без ГМО
И
ПИЩЕВЫХ ДОБАВОК

«Утверждаю»
Директор школы № _____

МКП «Городской комбинат школьного питания»
М Е Н Ю школы № _____
На 28 декабря 2020 г.

№ ТТК	ЭЦ ккал	Б	Ж	У	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб.
Завтрак							
-	54,6	3,48	4,42	0	Сыр Российский	15	15,96
776	56	3,7	4,04	0,25	Яйцо вареное	1 шт.	9,36
898	238	5,65	6,39	39,41	Каша молочная рисовая с маслом (крупа рисовая, молоко, сахар-песок, соль йод., масло слив.)	200/5	18,74
986	75	1,81	1,67	13,22	Какао – напиток (какао порошок, сахар-песок, молоко)	200	8,38
-	105	3,35	0,34	22,2	Хлеб пшеничный йодированный	36	2,29
-	92	1	0,2	20,2	Сок фруктовый в потребительской упаковке	1/200	8,77
	620,6	18,98	17,02	95,23	Итого		63,50
Льготное питание							
63,50							
Обед							
	75,87	9,38	13,6	36,4	Икра кабачковая	60	9,43
522	164,4	5,24	7,67	18,58	Суп картофельный с сайрой и перловой крупой (картофель, крупа перловая, морковь, лук репч., масло раст., сайра, соль йод.)	20/250	17,70
29	209,1	12,2	12,7	11,3	Шницель мясной (говядина, хлеб пшен.,масло раст.,соль йодир.)	80	35,16
302	138,9	2,97	5,86	20,5	Пюре Рыжик (картофель, морковь, молоко, масло слив., соль йодир.)	150	13,30
669	96,08	0,98	0,05	22,9	Компот из кураги с вит С(курага, сахар-песок, аскорб кислоты)	200	6,19
	117,5	3,16	0,4	24,6	Хлебпшеничныййодированный	50	3,14
	59,4	1,98	0,36	11,8	Хлебржаной	30	1,60
	861,5	35,91	40,64	146	Итого		86,49
Полдник							
340	266	4,83	8,63	42,33	Булочка «Обсыпная с повидлом»(мука, сахар-песок, дрожжи, масло сл. яйцо, повидло)	75	14,11
663	37	0,05	0,02	9,1	Чай с сахаром(чай, сахар-песок)	200	1,21
	303	4,88	8,65	51,43	Итого		15,32
Дополнительно							
522	164,4	5,24	7,67	18,58	Суп картофельный с сайрой и перловой крупой (картофель, крупа перловая, морковь, лук репч., масло раст., сайра, соль йод.)	20/250	17,70
29	209,1	12,25	12,71	11,38	Шницель мясной (говядина, хлеб пшен.,масло раст.,соль йодир.)	80	35,20
701	226,6	10,95	5,922	32,37	Колдуны мясные отварные (говядина, лук репч., соль йодир., мука пшен., яйцо)	100	17,10
254	168,6	12,4	10,9	5,94	Рыба тушеная с овощами (горбуша, морковь, лук репч., т. паста, масло раст., соль йодир.)	50/75	36,20
302	139	2,97	5,86	20,55	Пюре Рыжик (картофель, морковь, молоко, масло слив., соль йодир.)	150	13,30
307	125	3,5	2,6	21,8	Макаронны отварные (макаронные изделия, масло сл.)	100	7,50
370	18	0,24	1,11	1,78	Соус красный основной (лук, морковь, мука, масло раст., масло слив., т. паста, сольйодир)	30	1,40
571	287	13,2	14,6	25,7	Пицца с мясным фаршем(мука пш., сахар-песок, масло растит., яйцо, соль йод.,дрожжи, говядина, лук, помидоры, сыр Российский)	80	39,20
19	204	9,17	10,4	18,3	Беляши по-школьному(мука, вода, соль йодир, дрожжи, говядина, лук репч., перец, масло раст.)	80	22,80
340	266	4,83	8,63	42,33	Булочка «Обсыпная с повидлом»(мука, сахар-песок, дрожжи, масло сл. яйцо, повидло)	75	14,10
669	96	0,98	0,06	22,9	Компот из кураги с вит С(курага, сахар-песок, аскорб кислоты)	200	6,20
-	-	-	-	-	Чай пакетированный	200	8,10
663	37	0,05	0,02	9,1	Чай с сахаром(чай, сахар-песок)	200	1,20
603	29	1,55	1,45	2,17	Чай с молоком(чай, молоко)	50/150	5,90
-	-	-	-	-	Вода негазированная	0,5 л.	22,50
-	91	0	0	24	Сок фруктовый в потребительской упаковке	1/200	8,77
-	94	3,04	0,32	19,68	Хлеб пшеничный йодированный	40	2,52
-	47	0,4	0,4	9,8	Яблоки свежие	100	11,30

ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР

КАЛЬКУЛЯТОР

ЗАВ ПРОИЗВОДСТВОМ

 А.М.ШАХОВА

 А.П.МАЛЫГИНА

<http://комбинат-уу.рф>

Без ГМО
и
пищевых добавок

«Утверждаю»
Директор школы № _____

МКП «Городской комбинат школьного питания»
М Е Н Ю школы № _____
На 29 декабря 2020 г.

№ ТТК	ЭЦ ккал	Б	Ж	У	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб.
Завтрак							
-	6,6	0,42	0,06	1,14	Огурцы свежие порциями	60	14,83
975	197,	12,21	15,28	2,695	Гуляш из индейки (филе индейки, лук репч., томат паста, соль йод., масло слив.)	90	43,23
307	187	3,4	3,93	25,33	Макаронные изделия отварные (макарон. изд., масло слив., соль йодир.)	150	7,47
987	89	1,74	1,76	16,67	Напиток кофейный злаковый (напиток кофейный злаковый, молоко, сахар)	200	8,38
-	94	3,04	0,32	19,68	Хлеб пшеничный йодированный	40	2,52
	573,6	20,81	21,35	65,515	Итого		76,43
Льготное питание							
Обед							
-	3	0,54	0,12	0	Морская капуста	60	16,32
157	183,	8,21	8,325	17,95	Суп картофельный с бобовыми, с говядиной (говядина, картофель, горох, лук репч., морковь, масло раст., соль йодир.)	15/250	17,96
675	168,	11,59	12,22	3,04	Мясо тушеное с морковью и луком (говядина, лук репч., морковь, масло раст., томат паста, соль йод.)	80	36,97
632	224,	7,21	5,35	35,91	Гарнир каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, масло слив., соль йодир.)	150	11,65
611	99,3	0,57	0,079	24,09	Компот из сухофруктов с витамином С (сухофрукты, сахар-песок, витамин С.)	200	4,08
-	117	3,16	0,4	24,6	Хлеб пшеничный йодированный	50	3,14
-	59,4	1,98	0,36	11,88	Хлеб ржаной	30	1,60
	853	33,26	26,84	117,47	Итого		91,72
Полдник							
696	263	6,294	8,694	39,83	Кокрок Малыш (мука пшен., масло слив., яйцо, сахар-песок, соль йодир., молоко, молоко сгущенное масло раст.)	75	24,40
663	37	0,05	0,02	9,1	Чай с сахаром (чай, сахар-песок)	200	1,21
	300	6,344	8,714	48,93	Итого		25,61
Дополнительно							
157	183,	8,21	8,325	17,95	Суп картофельный с бобовыми, с говядиной (говядина, картофель, горох, лук репч., морковь, масло раст., соль йодир.)	15/250	18,00
675	168,	11,59	12,22	3,04	Мясо тушеное с морковью и луком (говядина, лук репч., морковь, масло раст., томат паста, соль йод.)	80	37,00
577	297,1	12,35	25,52	5,027	Биточки мясные с омлетом (говядина, свинина, яйцо, молоко, масло слив., лук репч., сметана, масло раст., мука пш., сухарь панир.)	70	42,30
975	197	12,21	15,28	2,695	Гуляш из индейки (филе индейки, лук репч., томат паста, соль йод., масло слив.)	90	43,20
632	224	8,214	5,356	35,98	Гарнир каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, масло слив., соль йодир.)	150	11,70
293	219,7	3,333	10,95	25,95	Гарнир «Овощной калейдоскоп» (морковь, лук репч., масло раст., зеленый горошек, кукуруза, крупа рисовая, соль йодир.)	150	16,40
596	322	14,79	14,11	34,81	Гамбургер (мука пш., сахар-песок, масло слив., яйцо, соль йодир., говядина, сыр российский, помидоры св., масло раст., т. паста, кунжут)	100	37,90
696	263	6,294	8,694	39,83	Кокрок Малыш (мука пшен., масло слив., яйцо, сахар-песок, соль йодир., молоко, молоко сгущенное масло раст.)	75	24,40
710	239,3	4,694	6,90	39,51	Рогалик сладкий с повидлом и изюмом (мука, молоко, масло слив., сахар-песок, яйцо, соль йод., повидло, изюм)	75	17,40
611	99,3	0,57	0,079	24,09	Компот из сухофруктов с витамином С (сухофрукты, сахар-песок, витамин С.)	200	4,10
-	-	-	-	-	Чай пакетированный	200	8,10
663	37	0,05	0,02	9,1	Чай с сахаром (чай, сахар-песок)	200	1,20
603	29	1,55	1,45	2,17	Чай с молоком (чай, молоко)	50/150	5,90
-	-	-	-	-	Вода негазированная	0,5 л.	22,50
-	91	0	0	24	Сок фруктовый в потребительской упаковке	1/200	8,77
-	94	3,04	0,32	19,68	Хлеб пшеничный йодированный	40	2,52
-	47	0,4	0,4	9,8	Яблоки свежие	100	11,30

ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР  А.М.ШАХОВА
КАЛЬКУЛЯТОР  А.П.МАЛЫГИНА
ЗАВ ПРОИЗВОДСТВОМ

<http://комбинат-уу.рф>

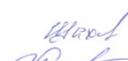
Без ГМО
и
пищевых добавок

МКП «Городской комбинат школьного питания»
М Е Н Ю школы № _____
На 30 декабря 2020 г.

«Утверждаю»
Директор школы № _____

№ ТТК	ЭЦ ккал	Б	Ж	У	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб.
<u>Завтрак</u>							
-	12	0,55	0,1	1,9	Помидоры свежие порциями	60	16,31
225	263	10,83	20,82	8,04	Котлета Незнайка с маслом (говядина, хлеб, лук репч., яйцо, молоко, сухари панир., масло раст., соль йод., масло слив.)	80/5	40,41
371	132,3	3,06	4,43	20,04	Пюре картофельное (картофель, молоко, масло слив., соль йод.)	150	11,04
904	76	0,285	1,26	15,82	Напиток из облепихи(облепиха, сахар-песок)	200	10,22
-	94	3,04	0,32	19,68	Хлеб пшеничный йодированный	40	2,52
	577,3	17,765	26,93	65,48	Итого		80,50
Льготное питание							
<u>Обед</u>							
-	24	1,86	0,12	3,90	Зеленый горошек	60	11,88
166	157,7	6,901	5,978	19,07	Суп картофельный с домашней лапшой, с фрикадельками(фрикадельки мясные, картофель, лук репч., лапша домашняя, масло раст., соль йодир.)	20/250	20,10
523	425,5	15,19	24,14	36,86	Плов из говядины и овощей(говядина, рис, морковь, лук реп., масло раст., т.паста)	40/140	45,76
989	109	0,028	0	27,2	Кисель из брикета с витамином С(кисель из брикета, вода, аскорб. кислота)	200	7,10
-	117,5	3,16	0,4	24,6	Хлебпшеничныййодированный	50	3,14
-	59,4	1,98	0,36	11,88	Хлебржаной	30	1,60
	893,1	29,19	30,98	123,1	Итого		89,58
<u>Полдник</u>							
97	219	5,5	3,13	42,17	Булочка Улитка в сахарной глазури(мука пшен., сахар-песок, масло слив., соль йодир., яйцо, дрожжи пресс.)	75	6,72
-	120	5,8	6,4	9,4	Молоко питьевое	200	21,40
	339	11,3	9,53	51,57	Итого		28,12
<u>Дополнительно</u>							
166	157,7	6,901	5,978	19,07	Суп картофельный с домашней лапшой, с фрикадельками(фрикадельки мясные, картофель, лук репч., лапша домашняя, масло раст., соль йодир.)	20/250	20,10
523	425,5	15,19	24,14	36,86	Плов из говядины и овощей (говядина, рис, морковь, лук реп., масло раст., т.паста)	40/140	45,80
225	263	10,83	20,82	8,04	Котлета Незнайка с маслом (говядина, хлеб, лук репч., яйцо, молоко, сухари панир., масло раст., соль йод., масло слив.)	80/5	40,40
250	141	15,6	8,5	0,3	Рыбка «Янтарная» (рыба свежая, сыр, яйцо, масло раст., сметана, соль йодир.)	70	54,30
	132,3	3,06	4,43	20,04	Пюре картофельное (картофель, молоко, масло слив., соль йод.)	150	11,00
657	115	3,39	5,12	13,85	Капуста тушеная (капуста, морковь, лук репч., масло раст., т. паста)	150	7,22
2	18	0,2	1,11	1,78	Соус красный основной (лук, морковь, мука, масло раст., масло слив., т. Паста, соль)	30	1,40
95	256	9,89	9,9	31,87	Пицца с мясо-картофельным фаршем (мука пшен, масло раст., яйцо, т. паста, соль йодир., сахар, дрожжи пресс., сыр российский, говядина, картофель, сметана)	80	17,20
653	206	10,0	5,7	28,7	Расстегаи с рыбным фаршем(мука пшен, масло раст., яйцо, масло слив., сахар-песок, соль йодир., дрожжи пресс., рыба св., лук репч.)	75	22,20
97	219	5,5	3,13	42,17	Булочка Улитка в сахарной глазури(мука пшен., сахар-песок, масло слив., соль йодир., яйцо, дрожжи пресс.)	75	6,70
904	76	0,285	1,26	15,82	Напиток из облепихи (облепиха, сахар-песок)	200	10,20
-	-	-	-	-	Чай пакетированный	200	8,10
663	37	0,05	0,02	9,1	Чай с сахаром(чай, сахар-песок)	200	1,20
603	29	1,55	1,45	2,17	Чай с молоком(чай, молоко)	50/150	5,90
-	-	-	-	-	Вода негазированная	0,5 л.	22,50
-	91	0	0	24	Сок фруктовый в потребительской упаковке	1/200	8,77
-	94	3,04	0,32	19,68	Хлеб пшеничный йодированный	40	2,52
-	47	0,4	0,4	9,8	Яблоки свежие	100	11,40

ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР
КАЛЬКУЛЯТОР
ЗАВ ПРОИЗВОДСТВОМ

 А.М.ШАХОВА
 А.П.МАЛЫГИНА

<http://комбинат-уу.рф>