

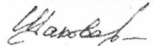
Без ГМО
и
пищевых добавок

МКП «Городской комбинат школьного питания»
М Е Н Ю школы № 26
На 25 апреля 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
Завтрак 7-11 лет						
4,7	4,04	0,25	56,5	776	Яйцо вареное	1 шт.
3,82	3,15	10,2	86,4	868	Бутерброд с сыром (сыр Российский, хлеб пш)	10/20
5,0	5,1	34,1	202,1	1049	Каша молочная ячневая с маслом (крупа ячневая, молоко сгущ., соль йод., масло слив.)	150/5
1,81	1,67	13,2	75	986	Какао-напиток (какао порошок, молоко, сахар)	200
5,8	6,4	9,4	120		Молоко в п/у	1/200
21,13	20,36	67,15	540		Итого	625
Льготное питание						
Завтрак 12 лет и старше						
4,7	4,04	0,25	56,5	776	Яйцо вареное	1 шт.
5,81	4,74	15,81	132,1	868	Бутерброд с сыром (сыр Российский, хлеб пш)	15/31
5,0	5,1	34,1	202,1	1049	Каша молочная ячневая с маслом (крупа ячневая, молоко сгущ., соль йод., масло слив.)	150/5
1,81	1,67	13,2	75	986	Какао-напиток (какао порошок, молоко, сахар)	200
5,8	6,4	9,4	120		Молоко в п/у	1/200
23,12	21,95	72,76	585,7		Итого	641
Льготное питание						
Обед 7-11 лет						
2,16	6,06	13,15	126	165	Борщ из свежей капусты с картофелем, со сметаной (картофель, капуста, морковь, лук репч., томат паста, масло раст., соль йод, сметана.)	250/15
8,51	14,06	10,3	201	1055	Биточки мясные с соусом красным основным (говядина, свинина, хлеб, сухари паниров., соль йодир., масло подсолн., соус красн.осн)	60/30
3,06	4,43	20,04	132	371	Пюре картофельное (картофель, молоко, масло слив., соль йод.)	150
0,57	0,09	24,09	99	611	Компот из сухофруктов с вит С (смесь сухофруктов, сахар-песок, лимон.кислота, аскорб кислота)	200
1,88	0,25	12,75	62,5	-	Хлеб пшеничный йодированный	25
1,2	0,2	8	39	-	Хлеб ржаной	20
0,52	0,52	12,74	61,1	-	Яблоко	130
17,9	25,61	101,07	720,6		Итого	880
Льготное питание						
Обед 12 лет и старше						
2,16	6,06	13,15	126	165	Борщ из свежей капусты с картофелем, со сметаной (картофель, капуста, морковь, лук репч., томат паста, масло раст., соль йод, сметана.)	250/15
8,51	14,06	10,3	201	1055	Биточки мясные с соусом красным основным (говядина, свинина, хлеб, сухари паниров., соль йодир., масло подсолн., соус красн.осн)	70/30
3,67	5,32	24,05	158	371	Пюре картофельное (картофель, молоко, масло слив., соль йод.)	180
0,57	0,09	24,09	99	611	Компот из сухофруктов с вит С (смесь сухофруктов, сахар-песок, лимон.кислота, аскорб кислота)	200
1,88	0,25	12,75	62,5	-	Хлеб пшеничный йодированный	25
1,2	0,2	8	39	-	Хлеб ржаной	20
0,66	0,66	16,27	78,02	-	Яблоко	166
18,65	26,64	108,61	763,52		Итого	956
Льготное питание						
Подник						
5,1	5,4	41,7	237	338	Булочка Настана (мука пшен., сахар-песок, яйца, дрожжи, масло сл., повидло)	75
0	0	24	91	-	Сок фруктовый в потребительской упаковке	1/200
5,1	5,4	65,7	328		Итого	275
Дополнительно						
2,16	6,06	13,15	126	165	Борщ из свежей капусты с картофелем, со сметаной (картофель, капуста, морковь, лук репч., томат паста, масло раст., соль йод., сметана)	250/10
5,0	5,1	34,1	202,1	1049	Каша молочная ячневая с маслом (крупа ячневая, молоко сгущ., сахар-песок, соль йод., масло слив.)	150/5
8,51	14,06	10,3	201	1055	Биточки мясные с соусом красным основным (говядина, свинина, хлеб, сухари паниров., соль йодир., масло подсолн., соус красн.осн)	70/30
17,09	13,08	6,40	211,8	556	Поджарка из рыбы (горбуша, мука, лук репч., масло растит., соль йодир.)	70/20
7,2	6,56	4,8	107,3	211	Оладьи из печени (печень, хлеб, масло сл. масло раст)	40
14,4	15,2	3,8	210	675	Мясо тушеное с луком и морковью (говядина, масло растит., морковь, соль йодир., мука пш, т. паста, лук репч.)	50/75
3,06	4,43	20,04	132	371	Пюре картофельное (картофель, молоко, масло слив., соль йод.)	150
5,42	9,29	25,33	206	511	Кокрокки с капустой (мука, сахар-песок, масло сл., яйцо, фарш из св. капусты)	75
9,07	19,45	18,04	283,5	1050	Слойка с фаршем из индейки с рисом (тесто сл. фарш из индейки с рисом)	75
8,46	11,7	28,4	253	328	Плюшка "Эстонская" с сыром (тесто сдобное дрожжевое, сыр, масло слив.)	75
8,5	6,8	47,9	287,5	718	Блинчики со ступенным молоком (мука пш., молоко 3,2%, яйцо, сахар-песок, соль йодир., масло растит., молоко сгущ.)	100/30
9,8	15	27,7	285	55	Сосиска, запеченная в тесте (тесто сл., сосиска, яйцо)	40/50
5,1	5,4	41,7	237	338	Булочка Настана (мука пшен., сахар-песок, яйца, дрожжи, масло сл., повидло)	75
3,5	20,3	35	329		Кекс «Фараон» БХП	70
7,0	5,5	63	330		Булочка «Сдоба с повидлом» БХП	100
4,55	8,4	47,6	280		Коржик молочный БХП	70
5,5	9,0	60,0	340		Ромовая Баба БХП	100
4,2	14,7	42	315		Булочка слоеная Улитка с маковой начинкой БХП	2/70
1,81	1,67	13,2	75	986	Какао-напиток (какао порошок, молоко, сахар)	200
0,57	0,09	24,09	99	611	Компот из сухофруктов с вит С (смесь сухофруктов, сахар-песок, лимон.кислота, аскорб кислота)	200
-	-	-	-	-	Чай пакетированный	200
0,22	0,05	9,22	38	432	Чай с лимоном (чай, сахар-песок, лимон)	200/4
0,05	0,02	9,1	37	663	Чай с сахаром (чай, сахар-песок)	200
1,55	1,45	2,17	29	603	Чай с молоком (чай, молоко)	50/150
-	-	-	-	-	Вода негазированная	0,5 л.
0	0	24	91	-	Сок фруктовый в потребительской упаковке	1/200
2,25	0,3	15,3	75		Хлеб пшеничный йодированный	30
0,4	0,4	9,8	47	-	Яблоки свежие	100

ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР  А.М.ШАХОВА

КАЛЬКУЛЯТОР  Т.Ю.ЛЫКОВА

ЗАВ ПРОИЗВОДСТВОМ  А.С.ДОЛГИН

<http://комбинат-уу.рф>

Без ГМО
и
пищевых добавок

МКП «Городской комбинат школьного питания»
М Е Н Ю школы № 26

На 26 апреля 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
Завтрак 7-11 лет						
11,53	15,33	6,98	212	978	Фрикадельки из индейки с маслом (филе индейки, хлеб пшен., молоко, соль йод., масло слив.)	75/5
5,3	3,9	32,7	187,5	307	Макаронные изделия отварные (макаронные изд., масло слив., соль йод.)	150
0,38	0,13	18,2	75,6	667	Напиток из шиповника (шиповник, лимон, сахар-песок)	200
1,87	0,25	12,75	62,5	-	Хлеб пшеничный йодированный	25
0,56	0,56	13,72	65,8	-	Яблоко	140
19,64	20,17	84,35	603,4	-	Итого	595
					Льготное питание	
Завтрак 12 лет и старше						
11,53	15,33	6,98	212	978	Фрикадельки из индейки с маслом (филе индейки, хлеб пшен., молоко, соль йод., масло слив.)	75/5
6,3	4,7	39,2	225	307	Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, масло сл.)	180
3,44	0,13	18,2	75,6	667	Напиток из шиповника (шиповник, лимон, сахар-песок)	200
1,87	0,25	12,75	62,5	-	Хлеб пшеничный йодированный	25
0,64	0,64	15,68	75,2	-	Яблоко	160
23,78	21,05	92,81	650,3	-	Итого	645
					Льготное питание	
Обед 7-11 лет						
0,42	0,06	1,14	6,6	982	Закуска порционная (огурцы свежие)	60
5,86	9,25	7,71	137,6	145	Солянка по-домашнему (говядина, колбаса вар, колбаса копченая, картофель, огурцы соленые, томат паста, лук репч., соль йод.)	25/250
12,06	11,78	6,95	191,29	252	Сеченики Посольские с соусом белым осн (горбуша, хлеб пш., лук репч., молоко, яйцо, мука пшен., масло растит., соль йодир, соус белый осн) 70/30	100
3,59	4,2	35,6	195	297	Рис розовый (крупа рисовая, масло слив., томат паста, соль йод.)	150
0,15	0,15	12,64	52,6	668a	Компот из свежих яблок с вит С (яблоки, сахар, лимон.кислота, аскорб кислота)	200
2,3	0,31	15,81	77,5	-	Хлеб пшеничный йодированный	31
1,5	0,25	10	49	-	Хлеб ржаной	25
25,9	26	89,85	709,59	-	Итого	841
					Льготное питание	
Обед 12 лет и старше						
0,7	0,1	1,9	11	982	Закуска порционная (огурцы свежие)	100
5,86	9,25	7,71	137,6	145	Солянка по-домашнему (говядина, колбаса вар, колбаса копченая, картофель, огурцы соленые, томат паста, лук репч., соль йод.)	25/250
13,76	13,45	7,8	216,51	252	Сеченики Посольские с соусом белым осн (горбуша, хлеб пш., лук репч., молоко, яйцо, мука пшен., масло растит., соль йодир, соус белый осн) 80/30	110
4,31	5,11	42,7	234	297	Рис розовый (крупа рисовая, масло слив., томат паста, соль йод.)	190
0,152	0,15	12,64	52,6	668a	Компот из свежих яблок с вит С (яблоки, сахар, лимон.кислота, аскорб кислота)	200
2,85	0,38	19,38	95	-	Хлеб пшеничный йодированный	38
1,5	0,25	10	49	-	Хлеб ржаной	25
29,13	28,69	102,13	795,71	-	Итого	938
					Льготное питание	
Полдник						
5,58	17,4	42,02	347	385	Рогалик сахарный (мука, сл.масло, яйцо, сахар-песок, сода)	75
0,3	0,04	14,6	60	977	Чай с медом (чай, мед)	200/20
5,88	17,44	56,62	407	-	Итого	295
					Дополнительно	
0,42	0,06	1,14	6,6	982	Закуска порционная (огурцы свежие)	60
6,12	10,75	8,07	137,6	153,8	Солянка по-домашнему со сметаной (говядина, колбаса вар, колбаса копченая, картофель, огурцы соленые, томат паста, лук репч., соль йод., сметана)	25/250/10
11,53	15,33	6,98	212	978	Фрикадельки из индейки с маслом (филе индейки, хлеб пшен., молоко, соль йод., масло слив.)	75/5
12,06	11,78	6,95	191,29	252	Сеченики Посольские с соусом белым осн (горбуша, хлеб пш., лук репч., молоко, яйцо, мука пшен., масло растит., соль йодир, соус белый осн) 70/30	100
19,22	12,67	0,31	192,3	250	Рыбка Янтарная (горбуша, сыр российский, яйцо, сметана, масло растит.)	70
16,72	26,17	6,17	327	226	Бифштекс Нежность (говядина, свинина, лук реп., сметана, хлеб, соль йод., мука пшен.)	75
0,2	1,11	1,78	18	370	Соус красный основной (лук, морковь, мука, масло раст., масло слив., т. Паста, соль)	30
3,65	5,42	35,9	207,3	297	Рис розовый (крупа рисовая, масло слив., томат паста, соль йод.)	150
5,3	3,9	32,7	187,5	307	Макаронные изделия отварные (макаронные изд., масло слив., соль йод.)	150
5,58	17,4	42,02	347	385	Рогалик сахарный (мука, сл.масло, яйцо, сахар-песок, сода)	75
0,19	5,04	1,29	230,24	1044	Беляши из индейки (мука, сахар, соль, филе индейки, свинина, масло раст)	80
10,58	14,26	31,01	294	92	Пицца Школьная (сыр, тесто сдоб., колбаса вар, лук реп., раст.масло, т.паста, сметана)	100
5,04	4,64	30,7	185	60	Пирожки печеные с картофелем (мука, сахар-песок, масло сл, яйцо, картофель, лук репчат., масло раст., соль йодир.)	75
4,7	3,7	45,3	233,8	322	Ватрушка с повидлом (тесто сдобное, повидло)	75
4,95	23,1	59,4	462	-	Кекс Домашний (шарлотка) БХП	110
14,4	23,2	24	360	-	Самса Слоеная с сыром БХП	80
4,2	17,5	35	315	-	Кекс Английский Маффин БХП	70
5,6	5,6	45,6	256	-	Булочка «Машенька» БХП	80
4,9	14,7	46,2	343	-	Булочка «Уплетайка» (с изюмом и корицей) БХП	70
3,44	0,13	18,2	75,6	667	Напиток из шиповника (шиповник, лимон, сахар-песок)	200
0,22	0,05	9,22	38	432	Чай с лимоном (чай, лимон, сахар-песок)	200/4
0,05	0,02	9,1	37	663	Чай с сахаром (чай, сахар-песок)	200
1,55	1,45	2,17	29	603	Чай с молоком (чай, молоко)	50/150
-	-	-	-	-	Вода негазированная	0,5 л.
0	0	24	91	-	Сок фруктовый в потребительской упаковке	1/200
2,25	0,3	15,3	75	-	Хлеб пшеничный йодированный	30
0,4	0,4	9,8	47	-	Яблоки свежие	100

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

<http://комбинат-уу.рф>

Без ГМО
И
пищевых добавок

МКП «Городской комбинат школьного питания»

М Е Н Ю школы № 26

На 27 апреля 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
Завтрак 7-11 лет						
8,51	14,06	10,3	201	1055	Котлета мясная с соусом красным основным (говядина, свинина, хлеб, сухари паниров., соль йодир., масло подсолн., соус красн.осн)	60/30
2,8	3,8	22,3	135	313	Картофель отварной (картофель, масло слив., соль йод.)	150
0,57	0,09	24,09	99	611	Компот из сухофруктов с вит С (смесь сухофруктов, сахар-песок, лимон.кислота, аскорб кислота)	200
1,87	0,25	12,75	62,5	-	Хлеб пшеничный йодированный	253/2304
0,47	0,47	11,47	55	-	Яблоко св	119
14,22	18,67	80,91	552,5		Итого	584
Льготное питание						
Завтрак 12 лет и старше						
8,51	14,06	10,3	201	1055	Котлета мясная с соусом красным основным (говядина, свинина, хлеб, сухари паниров., соль йодир., масло подсолн., соус красн.осн)	60/30
3,4	4,6	26,7	162	313	Картофель отварной (картофель, масло слив., соль йод.)	180
0,57	0,09	24,09	99	611	Компот из сухофруктов с вит С (смесь сухофруктов, сахар-песок, лимон.кислота, аскорб кислота)	200
1,87	0,25	12,75	62,5	-	Хлеб пшеничный йодированный	25
0,47	0,47	11,76	56,4	-	Яблоко св	120
14,82	19,47	85,6	580,9		Итого	615
Льготное питание						
Обед 7-11 лет						
2,01	6,07	8,66	116	197	Щи из свежей капусты со сметаной (картофель, капуста, морковь, лук репч., томат паста, масло раст., соль йод, сметана.)	250/10
9,04	20,23	2,1	226	636	Сосиски отварные с соусом красным основным (сосиска, соус красный основной) 80/30	110
8,2	5,3	35,9	224,6	632	Гарнир каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, масло сливочное, соль йод.)	150
0,05	0,02	9,1	37	663	Чай с сахаром (чай, сахар-песок)	200
1,88	0,25	12,75	62,5	-	Хлеб пшеничный йодированный	25
1,2	0,2	8	39	-	Хлеб ржаной	20
0,53	0,53	12,9	62	-	Яблоко	132
22,91	32,6	89,41	767,1		Итого	897
Льготное питание						
Обед 12 лет и старше						
2,01	6,07	8,66	116	197	Щи из свежей капустой-со сметаной (картофель, капуста, морковь, лук репч., томат паста, масло раст., соль йод, сметана.)	250/10
9,04	20,23	2,1	226	636	Сосиски отварные с соусом красным основным (сосиска, соус красный основной) 80/30	110
9,85	6,4	43,09	269	632	Гарнир каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, масло сливочное, соль йод.)	180
0,05	0,02	9,1	37	663	Чай с сахаром (чай, сахар-песок)	200
1,88	0,25	12,75	62,5	-	Хлеб пшеничный йодированный	25
1,2	0,2	8	39	-	Хлеб ржаной	20
0,5	0,5	12,35	61	-	Яблоко	212
33,16	29,26	124,92	902,5		Итого	1007
Льготное питание						
Полдник						
5,2	7,3	49,1	284	414	Коржик Загорский (мука пшен., сахар, масло слив., яйцо, молоко, соль йод.)	75
0,3	0,08	12,8	53,3	621	Чай с вареньем (чай, варенье)	200/20
5,5	7,38	61,9	337,3		Итого	295
Дополнительно						
2,01	6,07	8,66	116	197	Щи из свежей капустой со сметаной (картофель, капуста, морковь, лук репч., томат паста, масло раст., соль йод, сметана.)	250/10
8,84	22,74	0,385	140	636	Сосиски отварные	40
8,51	14,06	10,3	201	1055	Котлета мясная с соусом красным основным (говядина, свинина, хлеб, сухари паниров., соль йодир., масло подсолн., соус красн.осн)	60/30
12,7	9,1	8	172	624	Печень с луком	60/20
13,75	5,15	3,26	114	580	Рыба запеченная в жарочном шкафу (горбуша, мука пшен., масло растит., соль йодир.)	75
13,59	21,74	6,53	276	631	Голубцы с мясом и рисом «Ленивые» с соусом сметанным (говядина, капуста белокоч., лук репч., крупа рисов., масло раст., мука, яйцо, соус сметанный 25%)	80/50
8,2	5,3	35,9	224,6	632	Гарнир каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, масло сливочное, соль йод.)	150
2,8	3,8	22,3	135	313	Картофель отварной (картофель, масло слив., соль йод.)	150
0,24	1,11	1,78	18	370	Соус красный основной (лук, морковь, мука, масло раст., масло слив., т. паста, соль йодир)	30
5,2	7,3	49,1	284	414	Коржик Загорский (мука пшен., сахар, масло слив., яйцо, молоко, соль йод.)	75
3,43	6,1	31,18	193	333	Булочка «Вертуга с яблоками» (мука, сахар-песок, молоко, дрожжи, яйцо, яблоко)	75
6,65	14,32	22,37	245	112a	Слойка с печенным рисом (тесто слоеное, печень гов, рис, лук, мука пш, масло арст, яйцо)	75
9,8	15	27,7	285	55	Сосиска, запеченная в тесте (тесто сд., сосиска, яйцо)	40/50
10	5,73	28,7	206,4	653	Расстегаи с рыбным фаршем с луком (тесто сд, горбуша, лук, масло раст, мука, яйцо)	75
2,4	7,7	25,3	187		Батончик слоеный с начинкой БХП (клубника)	
2,75	9,9	31,3	209		(ананас)	55
2,75	9,9	27,5	209		(груша)	
4,2	14,7	25,9	294		Кекс «Волжский» БХП	70
6,3	7,7	36,75	245		Калачик сметанный БХП	70
3,37	13,5	52,5	352,5		Пирожное песочное, глазированное помадой БХП	75
5,25	3,5	42	224		Булочка «Батончик Детский с изюмом» БХП	70
0,57	0,09	24,09	99	611	Компот из сухофруктов с вит С (смесь сухофруктов, сахар-песок, лимон.кислота, аскорб кислота)	200
-	-	-	-	-	Чай пакетированный	200
0,05	0,02	9,1	37	663	Чай с сахаром (чай, сахар-песок)	200
1,55	1,45	2,17	29	603	Чай с молоком (чай, молоко)	50/150
-	-	-	-	-	Вода негазированная	0,5 л.
0	0	24	91	-	Сок фруктовый в потребительской упаковке	1/200
2,25	0,3	15,3	75	-	Хлеб пшеничный йодированный	30
0,4	0,4	9,8	47	-	Яблоки свежие	100

ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР *А.М.ШАХОВА*

КАЛЬКУЛЯТОР *Т.Ю.ЛЫКОВА*

ЗАВ ПРОИЗВОДСТВОМ

<http://комбинат-уу.р>

Без ГМО
И
пищевых добавок

МКП «Городской комбинат школьного питания»

М Е Н Ю школы № 46

На 28 апреля 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
Завтрак 7-11 лет						
14,01	10,75	5,32	160	1034	Хлебцы рыбные с маслом (горбуша, молоко 3,2%, яйцо соль йод., масло раст., масло сл)	75/5
3,6	4,78	36,4	193	552	Рис отварной (крупа рисовая, масло слив., соль йод.)	150
0	0	18,6	74	1014	Напиток с витаминами «Виташка» (смесь сухая с витаминами, вода)	200
2,25	0,3	15,3	75	-	Хлеб пшеничный йодированный	35
4,86	4,5	19,44	112	-	Снежок в п/у	1/180
20,43	16,4	89,52	614		Итого	645
Льготное питание						
Завтрак 12 лет и старше						
14,94	11,22	5,61	168,5	1034	Хлебцы рыбные с маслом (горбуша, молоко 3,2%, яйцо соль йод., масло раст., масло сл)	80/5
4,3	5,7	43,7	243	552	Рис отварной (крупа рисовая, масло слив., соль йод.)	180
0	0	18,6	74	1014	Напиток с витаминами «Виташка» (смесь сухая с витаминами, вода)	200
2,92	0,39	19,89	97,5	-	Хлеб пшеничный йодированный	44
4,86	4,5	19,44	112	-	Снежок в п/у	1/180
22,73	17,88	101,7	695		Итого	689
Льготное питание						
Обед 7-11 лет						
8,03	12,57	18,01	80,4	157	Суп картофельный с бобовыми, с колбасой п/к (картофель, горох, морковь, лук репч., масло раст., колбаса п/к)	20/250
21,11	25,02	6,45	335,5	292	Гуляш из курицы (грудка кур, лук, масло раст, мука, специи) 50/50	100
4,32	4,07	29,55	172	585	Перловка отварная (крупа перловая, масло слив., соль йод.)	150
1,04	0,056	20,2	77,9	669a	Компот из кураги с вит С (курага, сухар, лимон.кислота, аскорб кислота)	200
1,87	0,25	12,75	62,5	-	Хлеб пшеничный йодированный	25
1,2	0,2	8	39	-	Хлеб ржаной	20
0,5	0,5	13,13	59	-	Яблоко	134
38,07	42,66	108,18	826,3		Итого	899
Льготное питание						
Обед 12 лет и старше						
8,03	12,57	18,01	80,4	157	Суп картофельный с бобовыми, с колбасой п/к (картофель, горох, морковь, лук репч., масло раст., колбаса п/к)	20/250
25,33	30,02	7,74	402,6	292	Гуляш из курицы (грудка кур, лук, масло раст, мука, специи) 60/60	120
5,18	4,89	35,4	206,6	585	Перловка отварная (крупа перловая, масло слив., соль йод.)	180
1,04	0,056	20,2	77,9	669a	Компот из кураги с вит С (курага, сухар, лимон.кислота, аскорб кислота)	200
1,87	0,25	12,75	62,5	-	Хлеб пшеничный йодированный	25
1,2	0,2	8	39	-	Хлеб ржаной	20
0,71	0,71	17,44	83	-	Яблоко	178
43,36	48,69	119,54	952		Итого	993
Льготное питание						
Полдник						
3,5	20,3	35	329		Кекс Фараон БХП	70
1,55	1,45	2,17	29	603	Чай с молоком (чай, молоко)	50/150
5,05	21,75	37,17	358		Итого	270
Дополнительно						
8,03	12,57	18,01	80,4	157	Суп картофельный с бобовыми, с колбасой п/к (картофель, горох, морковь, лук репч., масло раст., колбаса п/к)	20/250
5,82	3,92	43,18	221,3	1054	Гуляш из курицы (грудка кур, лук, масло раст, мука, специи)	50/50
14,01	10,75	5,32	175	1034	Хлебцы рыбные с маслом (горбуша, молоко 3,2%, яйцо соль йод., масло раст., масло сл)	75/5
12,18	29,27	9,23	380,2	575	Капуста тушеная со свиной (свинина, капуста, масло раст, морковь, лук, сахар, томат паста, соль, Зелень, лавр лист)	50/150
14,67	14,67	22,93	288	754a	Рыба, запеченная с луком по-Ленинградски (горбуша, мука пшеничная, масло раст., картофель, лук репч., соль йод.)	50/100/20
10,9	21,5	4,3	254,7	577	Биточки мясные с омлетом (говядина, свинина, яйцо, молоко, лук, сметана, мука, сухарь панир, соль йод., масло раст.,)	60
0,2	1,11	1,78	18	370	Соус красный основной (лук, морковь, мука, масло раст., масло слив., т. Паста, соль)	30
3,1	4,1	31,5	193	552	Рис отварной (крупа рисовая, масло слив., соль йод.)	150
4,32	4,07	29,55	172	585	Перловка отварная (крупа перловая, масло слив., соль йод.)	150
2,25	6,3	14,20	123	532	Рагу овощное (картофель, капуста св., морковь, лук репч., масло раст., чеснок, соль йодир., соус кр.осн)	150
8,46	11,7	28,4	253	328	Плюшка "Эстонская" с сыром (тесто сдобное дрожжевое, сыр, масло слив.)	75
6,69	16,29	23,07	265	107	Слойка с творогом (тесто слоеное, творог, сахар, яйцо)	75
0,19	5,04	1,29	230,24	1044	Беляши из индейки (мука, сахар, соль, филе индейки, свинина, масло раст)	80
9,9	13,1	30	278	89	Пицца Дорожная (тесто сдобное, колбаса п/к, колбаса вар., т.паста, лук реп., масло рас., сметана, сыр, яйцо)	80
6,1	13,8	62,7	296	71	Лепешки с вареньем (мука пш., дрожжи прес., сахар-песок, соль йодир., масло раст., варенье)	100/30
6,1	13,8	62,7	396	71	Лепешки со сгущ. молоком (мука пш., дрожжи прес., сахар-песок, соль йодир., масло раст., молоко сгущ.)	100/20
3,5	20,3	35	329		Кекс «Фараон» БХП	70
4,2	10,8	32,1	240		Вафли Сдобные с молоком вареным сгущенным БХП	300
7,6	10,4	39,2	280		Будочка «Рулетик с маком» БХП	80
4,55	8,4	47,6	280		Коржик молочный БХП	70
4,8	8,8	43,2	272		Сочень с печеными яблоками БХП	80
1,04	0,056	20,2	77,9	669a	Компот из кураги с вит С (курага, сухар, лимон.кислота, аскорб кислота)	200
0,05	0,02	9,1	37	663	Чай с сахаром (чай, сахар-песок)	200
0,22	0,05	9,22	38	432	Чай с лимоном (чай, лимон, сахар-песок)	200/4
1,55	1,45	2,17	29	603	Чай с молоком (чай, молоко)	50/150
-	-	-	-	-	Вода негазированная	0,5 л.
0	0	24	91	-	Сок фруктовый в потребительской упаковке	1/200
2,25	0,3	15,3	75	-	Хлеб пшеничный йодированный	30
0,4	0,4	9,8	47	-	Яблоки свежие	100

ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР *Шахова* А.М.ШАХОВА

КАЛЬКУЛЯТОР *Лыкова* Т.Ю.ЛЫКОВА

ЗАВ ПРОИЗВОДСТВОМ *Виноградова*

<http://комбинат-уу>

Без ГМО
и
пищевых добавок

МКП «Городской комбинат школьного питания»

М Е Н Ю школы № 16

На 29 апреля 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
Завтрак 7-11 лет						
5.82	3.92	43.18	221,3	1054	Каша молочная Улыбка (крупа рисовая, группа овсяная Геркулес, молоко сгущенное, соль йод.)	170
1.95	7.5	12.88	128,6	868	Бутерброд с маслом (масло сл, хлеб)	10/25
16,22	10,52	34,41	237	183	Пудинг из творога (запеченный) со сгущенным молоком (творог 5%, сахар-песок, крупа манная, изюм, яйцо, масло раст., сухари паниров., сметан 15%, сгущенное молоко)	100/20
1.55	1.45	2.17	29	603	Чай с молоком (чай, молоко)	50/150
25,54	23,39	92,64	615,9		Итого	525
Льготное питание						
Завтрак 12 лет и старше						
6.87	5.89	50.89	284,1	1054	Каша молочная Улыбка с маслом (крупа рисовая, группа овсяная Геркулес, молоко сгущенное, сахар, соль йод.)	200/2
2.25	7.54	14.92	138,6	868	Бутерброд с маслом (масло сл, хлеб)	10/29
16,22	10,52	34,41	257	183	Пудинг из творога (запеченный) со сгущенным молоком (творог 5%, сахар-песок, крупа манная, изюм, яйцо, масло раст., сухари паниров., сметан 15%, сгущенное молоко)	100/20
1.55	1.45	2.17	29	603	Чай с молоком (чай, молоко)	50/150
26,89	25,4	102,39	708,7		Итого	561
Льготное питание						
Обед 7-11 лет						
0.66	0.12	2.28	14	982	Закуска порционная (помидоры свежие)	60
6.01	8.29	15.76	161	1000	Суп рисовый «Восточный» с фаршем (фарш говяж., крупа рисов., лук репч., морковь, томат. паста, чеснок, соль йодир.)	15/250
11,8	11,8	10,9	198	973	Котлеты из индейки с соусом белым основным (филе индейки, хлеб пшен., масло слив., соль йод., соус белый осн.) 70/30	100
4.4	3.93	25.33	187	307	Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, масло сл.)	150
0.3	0.04	10.99	45	977	Чай с медом (чай, мед)	200/18
2.85	0.38	19.38	95	-	Хлеб пшеничный йодированный	38
1.2	0.2	8	39	-	Хлеб ржаной	20
27,22	24,76	92,64	739		Итого	851
Льготное питание						
Обед 12 лет и старше						
1.1	0.2	3.8	24	982	Закуска порционная (помидоры свежие)	100
6.01	8.29	15.76	161	1000	Суп рисовый «Восточный» с фаршем (фарш говяж., крупа рисов., лук репч., морковь, томат. паста, чеснок, соль йодир.)	15/250
13,46	13,4	12,38	224	973	Котлеты из индейки с соусом белым основным (филе индейки, хлеб пшен., масло слив., соль йод., соус белый осн.) 80/30	110
6.3	4.7	39,2	225	307	Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, масло сл.)	180
0.3	0.04	10.99	45	977	Чай с медом (чай, мед)	200/18
2.78	0.37	18.87	92,5	-	Хлеб пшеничный йодированный	37
1.2	0.2	8	39	-	Хлеб ржаной	20
31,15	27,2	109	810,5		Итого	930
Льготное питание						
Полдник						
9.11	8.12	29.36	227	60	Пирожки печеные с фаршем из индейки с рисом (тесто сдобное, фарш из индейки и риса, яйцо)	75
0.13	0.015	22.2	89,6	691	Напиток лимонный (лимоны, сахар-песок)	200
9,04	8,035	51,56	314,6		Итого	275
Дополнительно						
0.66	0.12	2.28	14	982	Закуска порционная (помидоры свежие)	60
6.01	8.29	15.76	161	1000	Суп рисовый «Восточный» с фаршем (фарш говяж., крупа рисов., лук репч., морковь, томат. паста, чеснок, соль йодир.)	15/250
11,8	11,8	10,9	198	973	Котлеты из индейки с соусом белым основным (филе индейки, хлеб пшен., масло слив., соль йод., соус белый осн.)	70/30
				1054	Каша молочная Улыбка (крупа рисовая, группа овсяная Геркулес, молоко сгущенное, сахар, соль йод.)	170
16,22	10,52	34,41	257	183	Пудинг из творога (запеченный) со сгущенным молоком (творог 5%, сахар-песок, крупа манная, изюм, яйцо, масло раст., сухари паниров., сметан 15%, сгущенное молоко)	100/20
14,22	36,92	2,62	399	599	Поджарка из свинины (свинина, лук репчатый, томат паста, масло подсолнечное, соль йодированная)	70/20
16,87	26,3	39,5	462	523	Плов из говядины с овощами (говядина, крупа рисовая, морковь, лук репч., томат, масло подсолн., соль йодир)	50/150
0.2	1.11	1.78	18	370	Соус красный основной (лук, морковь, мука, масло раст., масло слив., т. Паста, соль)	30
4.4	3.93	25.33	187	307	Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, масло сл.)	150
3.5	12.8	26,9	237	313	Картофель запеченный по-московски (картофель, масло раст., масло сл.)	150
9.11	8.12	29.36	227	60	Пирожки печеные с фаршем из индейки с рисом (тесто сдобное, фарш из индейки и риса, яйцо)	75
9.7	1.7	30,4	176,8	322	Ватрушка с творогом (тесто сдобное, творог, яйцо)	75
9.8	15	27,7	285	55	Сосиска запеченная в тесте (тесто сд., сосиска, яйцо)	40/50
8.2	20,4	18,5	291	107	Слойка с сыром и колбасой (тесто слоеное пресное, колбаса варен. докторская, сыр Российский, мука пш.)	75
5.5	9.0	60,0	340		Ромовая Баба БХП	100
14.4	23,2	24	360		Самса Слоеная с сыром БХП	80
6.8	8	50,4	296		Булочка Плюшка Московская БХП	80
4.95	23,1	59,4	462		Кекс Домашний (шарлотка) БХП	110
6	13,6	53,6	352		Булочка Ежик БХП	80
0.05	0.02	9.1	37	663	Чай с сахаром (чай, сахар-песок)	200
1.55	1.45	2.17	29	603	Чай с молоком (чай, молоко)	50/150
-	-	-	-	-	Вода негазированная	0,5 л.
0	0	24	91	-	Сок фруктовый в потребительской упаковке	1/200
2.25	0.3	15,3	75	-	Хлеб пшеничный йодированный	30
0.4	0.4	9,8	47	-	Яблоки свежие	100

ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР  А.М.ШАХОВА

КАЛЬКУЛЯТОР  Т.Ю.ЛЫКОВА

ЗАВ ПРОИЗВОДСТВОМ 

<http://комбинат-уу.р>