



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	
2,78	3,54	-	43,5	982	Сыр порциями	1 шт.
4,26	6,02	29,58	189,6	898	Каша молочная рисовая с маслом (крупа рисовая, молоко, сахар-песок, соль йод., масло слив.)	150/5
1,8	1,6	13,2	75,2	986	Какао-нашток (какао порошок, молоко 3,2%, сахар-песок)	
2,17	0,29	14,79	67,5	-	Хлеб пшеничный йодированный	200
0,68	0,0	17,5	60	-	Фруктовый десерт	27
16,39	15,49	75,07	492,3		Итого	1/100
Льготное питание						
						534
Завтрак 12 лет и старше						
4,7	4,04	0,25	56,5	776	Яйцо вареное	
3,7	4,72	39,44	58	982	Сыр порциями	1 шт.
4,81	6,34	33,51	210	898	Каша молочная рисовая с маслом (крупа рисовая, молоко, сахар-песок, соль йод., масло слив.)	16
1,8	1,6	13,2	75,2	986	Какао-нашток (какао порошок, молоко 3,2%, сахар-песок)	170/5
2,32	0,31	15,81	75	-	Хлеб пшеничный йодированный	200
0,68	0,0	17,5	60	-	Фруктовый десерт	30
18,01	17,01	119,71	534,7		Итого	1/100
Льготное питание						
						561
Обед 7-11 лет						
0,96	0,24	8,58	41	984	Закуска порционная (кукуруза консервированная)	
7,31	9,51	13,42	168	235	Суп-лапша домашняя с курицей (грудка куриная., лапша домашняя роллтон, лук репч., морковь, масло раст, соль йодир.)	60
9,85	16,14	2,70	195,50	572	Колбаса отварная с соусом красным основным 80/30	20/250
8,2	5,3	35,9	224,6	632	Гарнир каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, масло сливочное, соль йод.)	110
0,05	0,02	9,1	37	663	Чай с сахаром (чай, сахар-песок)	150
3,07	0,41	20,91	102,5	-	Хлеб пшеничный йодированный	200
1,5	0,25	10	49	-	Хлеб ржаной	41
30,94	31,87	100,61	817,6		Итого	25
Льготное питание						
						856
Обед 12 лет и старше						
1,6	0,4	14,3	69	984	Закуска порционная (кукуруза консервированная)	
7,31	9,51	13,42	168	235	Суп-лапша домашняя с курицей (грудка куриная., лапша домашняя роллтон, лук репч., морковь, масло раст, соль йодир.)	100
9,85	16,14	2,70	195,50	572	Колбаса отварная с соусом красным основным 80/30	20/250
9,85	6,4	43,09	269	632	Гарнир каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, масло сливочное, соль йод.)	110
0,05	0,02	9,1	37	663	Чай с сахаром (чай, сахар-песок)	180
2,32	0,31	15,81	77,5	-	Хлеб пшеничный йодированный	200
1,5	0,25	10	49	-	Хлеб ржаной	31
32,48	33,03	108,42	865		Итого	25
Льготное питание						
						916
Полдник						
5,74	5,8	41,17	240	327	Булочка «Три лепестка» (мука, сахар-песок, дрожжи, яйцо, масло сл.)	75
0	0	24	91	-	Сок фруктовый в потребительской упаковке	1/200
5,74	5,8	65,17	331		Итого	275
Дополнительно						
7,31	9,51	13,42	168	235	Суп-лапша домашняя с курицей (грудка куриная., лапша домашняя роллтон, лук репч., морковь, масло раст, соль йодир.)	20/250
4,81	6,34	33,51	210	898	Каша молочная рисовая с маслом (крупа рисовая, молоко, сахар-песок, соль йод., масло слив.)	170/5
7,9	13,3	12,9	204	255	Рыба в тесте (горбуша, масло растит., мука пшеничн., яйцо, соль йодир.)	100
					Колбаса отварная	80
11,7	15,5	5,6	209	223	Котлета по-хмельновски (мясо гов., лук репч, яйцо, картофель, яйцо, сухари панир., , масло раст.)	75
14,4	15,2	3,8	210	675	Мясо тушеное с луком и морковью (говядина, масло растит., морковь, соль йодир., муа пш, т. паста, лук репч.)	50/75
8,2	5,3	35,9	224,6	632	Гарнир каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, масло сливочное, соль йод.)	150
3,74	13,69	28,78	253	313	Картофель отварной (картофель, масло слив., соль йод.)	150
3,39	5,12	13,85	115	657	Капуста тушеная (капуста белокоч., морковь, лук репч., масло подсолн., томат паста, соль йод., сахар-песок, мука пшенич.)	150
9,8	15	27,7	285	55	Сосиска запеченная в тесте (тесто ед., сосиска, яйцо)	40/50
9,1	10,4	18,3	204	19	Беляши по-никольному (мука пшенич., дрожжи пресс., сахар-песок, соль йодир., говядина, лук репч., масло растит.)	80
9,6	19,5	18,1	287	18	Самса Детская (тесто слоеное, лук репч., соль йодир., говядина)	75
10	5,73	28,7	206,4	653	Расстеган с рыбным фаршем с луком (тесто ед, горбуша, лук, масло раст, мука, яйцо)	75
5,42	9,29	25,33	206	511	Кокроки с капустой (мука, сахар-песок, масло сл., яйцо, фарш из св. капусты)	75
5,74	5,8	41,17	240	327	Булочка «Три лепестка» (мука, сахар-песок, дрожжи, яйцо, масло сл.)	75
3,5	20,3	35	329		Кекс Фараон БХП	75
7,0	5,5	63	330		Булочка Сдоба с повидлом БХП	70
4,55	8,4	47,6	280		Коржик молочный БХП	100
5,5	9,0	60,0	340		Ромовая Баба БХП	70
4,2	14,7	42	315		Булочка слоеная Улитка с маковой начинкой БХП	100
1,8	1,6	13,2	75,2	986	Какао-нашток (какао порошок, молоко 3,2%, сахар-песок)	2/70
-	-	-	-	-	Чай лактированный	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)	200
-	-	-	-	-	Вода негазированная	50/150
0	0	24	91	-	Сок фруктовый в потребительской упаковке	0,5 л.
2,25	0,3	15,3	75	-	Хлеб пшеничный йодированный	1/200
0,4	0,4	9,8	47	-	Яблоки свежие	30

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

Без ГМО и пищевых добавок

МКП «Городской комбинат школьного питания»
М Е Н Ю школы № _____
На 5 мая 2021 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						
0,61	0,11	2,09	12,8	982	Закуска порционная (помидоры свежие)	
7,83	13,62	10,72	190,17	18	Тефтели мясные I вариант с соусом красным осн (мясо говядина, хлеб, лук, масло растит, мука, томат, соль)	55 80/30
1,13	0,17	3,04	233,05	309	Перловка с овощами (крупа перловая, морковь, лук репч., масло растит., томат.паста, масло слив., соль йодир.)	140
0,152	0,15	12,64	52,6	668a	Компот из свежих яблок с вит С (яблоки, сахар, лимон.кислота, аскорб кислота)	200
1,95	0,26	13,26	65	-	Хлеб пшеничный йодированный	33
11,67	14,31	41,75	553,62		Итого	538
Льготное питание						
Завтрак 12 лет и старше						
0,66	0,12	2,28	14	982	Закуска порционная (помидоры свежие)	60
7,83	13,62	10,72	190,17	18	Тефтели мясные I вариант с соусом красным осн (мясо говядина, хлеб, лук, масло растит, мука, томат, соль)	80/30
1,46	0,22	3,91	299,6	309	Перловка с овощами (крупа перловая, морковь, лук репч., масло растит., томат.паста, масло слив., соль йодир.)	180
0,15	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
12,95	14,49	48,93	651,37		Итого	588
Льготное питание						
Обед 7-11 лет						
0,42	0,06	1,14	6,6	982	Закуска порционная (огурцы свежие)	60
4,18	8,42	16,23	157,5	17	Уха Рыбацкая (картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное, масло сливочное, сайра)	15/250
11,8	11,85	10,95	163,87	973	Котлеты из индейки с соусом белым основным (филе индейки, хлеб пшен., масло слив., соль йод., соус белый осн.) 60/30	90
3,82	17,42	36,99	320,09	629	Рис с овощами (крупа рисовая, масло раст., масло сл, морковь, лук, соль йод.)	150
0,382	0,13	15,48	64	667a	Напиток из шиповника (шиповник, лимон, сахар-песок)	200
2,25	0,3	15,3	75	-	Хлеб пшеничный йодированный	30
1,2	0,2	8	39	-	Хлеб ржаной	20
24,052	38,38	104,09	826,06		Итого	815
Льготное питание						
Обед 12 лет и старше						
0,7	0,1	1,9	11	982	Закуска порционная (огурцы свежие)	100
4,18	8,42	16,23	157,5	17	Уха Рыбацкая (картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное, масло сливочное, сайра)	15/250
11,8	11,85	10,95	175,87	973	Котлеты из индейки с соусом белым основным (филе индейки, хлеб пшен., масло слив., соль йод., соус белый осн.) 65/35	100
4,15	20,9	44,38	384,1	629	Рис с овощами (крупа рисовая, масло раст., масло сл, морковь, лук, соль йод.)	180
0,382	0,13	15,48	64	667a	Напиток из шиповника (шиповник, лимон, сахар-песок)	200
3	0,4	20,4	77	-	Хлеб пшеничный йодированный	42
1,65	0,3	9,9	49,5	-	Хлеб ржаной	25
25,862	42,1	119,24	918,97		Итого	912
Льготное питание						
Полдник						
4,9	7,6	39,7	247	325	Булочка насыпная (мука, дрожжи прес., соль йодир., сахар-песок, масло слив.)	75
0,05	0,02	9,1	74	1014	Напиток с витаминами «Витопка» (смесь сухая с витаминами, вода)	200
4,95	7,62	48,8	321		Итого	275
Дополнительно						
0,42	0,06	1,14	6,6	982	Закуска порционная (огурцы свежие)	60
4,18	8,42	16,23	157,5	17	Уха Рыбацкая (картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное, масло сливочное, сайра)	15/250
7,83	13,62	10,72	190,17	18	Тефтели мясные I вариант с соусом красным осн	80/30
16,63	15,3	14,2	262	973	Котлеты из индейки с соусом белым основным (филе индейки, хлеб пшен., масло слив., соль йод., соус белый осн.) 75/30	75
14,22	36,92	2,62	399	599	Поджарка из свинины (свинина, лук репчатый, томат паста, масло подсолнечное, соль йодированная)	70/20
19,22	12,67	0,31	192,3	250	Рыбка Янтарная (горбуша, сыр российский, яйцо, сметана, масло растит.)	70
4,4	15,07	29,1	269,7	309	Перловка с овощами (крупа перловая, морковь, лук репч., масло растит., томат.паста, масло слив., соль йодир.)	150
3,06	4,43	20,04	132	371	Пюре картофельное (картофель, молоко т/п, масло сл)	150
					Рис с овощами (крупа рисовая, масло раст., масло сл, морковь, лук, соль йод.)	150
0,2	1,11	1,78	18	370	Соус красный основной (лук, морковь, мука, масло раст., масло слив., т. Паста, соль)	30
10,58	14,26	31,01	294	92	Пицца Школьная (сыр, тесто едоб., колбаса вар, лук реп., раст.масло, т.паста, сметана)	100
5,02	4,6	30,7	185	60	Пирожки печеные с картофелем (мука, сахар-песок, масло сл, яйцо, картофель, лук репчат., масло раст.)	75
8,2	20,4	18,5	291	107	Слойка с сыром и колбасой (тесто слоеное пресное, колбаса варен. докторская, сыр Российский, мука иш.)	75
3,9	6,1	31	197,2	511a	Кокрокки с яблоками (мука, сахар-песок, масло сл., яйцо, фарш из яблок)	75
14,16	14,16	34,5	322	596	Гамбургер (тесто едоб., котлета из мяса гов., помидор, сыр, т.паста)	100
5,9	4,4	38,6	218	347	Булочка Жаворонок (тесто едобн., масло слив., мука иш., сахар-песок, соль йодир., дрожжпрес., яйцо)	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
0,382	0,138	15,48	64	667a	Напиток из шиповника (шиповник, лимон, сахар-песок)	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)	200
-	-	-	-	-	Вода негазированная	50/150
0	0	24	91	-	Сок фруктовый в потребительской упаковке	0,5 л.
2,25	0,3	15,3	75	-	Хлеб пшеничный йодированный	1/200
0,4	0,4	9,8	47	-	Яблоки свежие	30
						100

ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР *Шахова* А.М.ШАХОВА

КАЛЬКУЛЯТОР *Лыкова* Т.Ю.ЛЫКОВА

ЗАВ ПРОИЗВОДСТВОМ

<http://комбинат-уу.рф>

Без ГМО и пищевых добавок

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

На 6 мая 2021 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						
7.3	11	36	254	515	Каша молочная пшеничная с маслом (пшено, молоко 3,2%, сахар-песок, соль йод., масло слив.)	190/10
8.04	7.41	16.83	169,8	868	Бутерброд с сыром	24/33
1.55	1.45	2.17	29	603	Чай с молоком (чай, молоко)	50/150
0.68	00	17.5	60		Фруктовый десерт	1/100
17.93	19.86	72.5	512,8		Итого	557
Льготное питание						
Завтрак 12 лет и старше						
8.21	11.51	40.11	274	515	Каша молочная пшеничная с маслом (пшено, молоко 3,2%, сахар-песок, соль йод., масло слив.)	200/10
9.27	8.89	17.34	190,5	868	Бутерброд с сыром	29/34
1.55	1.45	2.17	29	603	Чай с молоком (чай, молоко)	50/150
0.68	00	17.5	60		Фруктовый десерт	1/100
19.71	21.85	77.12	553,5		Итого	573
Льготное питание						
Обед 7-11 лет						
0.66	0.12	2.28	14	982	Закуска порционная (помидоры свежие)	60
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
12.91	12.66	2.73	186	550	Гуляш мясной 45/45	90
4.32	4.07	29.55	182	585	Перловка отварная (крупа перловая, масло слив., соль йод.)	150
0.22	0.05	9.22	38	432	Чай с лимоном (чай, лимон, сахар-песок)	200/4
2.77	0.37	18.87	92,5	-	Хлеб пшеничный йодированный	37
1.98	0.36	11.88	39	-	Хлеб ржаной	20
24.87	23.7	83.19	667,5		Итого	821
Льготное питание						
Обед 12 лет и старше						
1.1	0.2	3.8	24	982	Закуска порционная (помидоры свежие)	100
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
17.65	16.27	3.97	233	550	Гуляш мясной 50/50	100
5.18	4.89	35.4	226		Перловка отварная (крупа перловая, масло слив., соль йод.)	180
0.22	0.05	9.22	38	432	Чай с лимоном (чай, лимон, сахар-песок)	200/4
1.87	0.25	12.75	62,5	-	Хлеб пшеничный йодированный	22
1.98	0.36	11.88	39	-	Хлеб ржаной	20
30.01	28.09	85.68	738,5		Итого	886
Льготное питание						
Полдник						
8.46	11,7	28,4	253	328	Плюшка "Эстонская" с сыром (тесто слобное дрожжевое, сыр, масло слив.)	75
0.05	0.02	9.1	37	663	Чай с сахаром (чай, сахар-песок)	200
8.51	11,72	37,5	290		Итого	275
Дополнительно						
2.01	6.07	8.66	97	197	Щи из свежей капусты со сметаной (картофель, капуста, морковь, лук репч., томат паста, масло раст., соль йод, сметана.)	250/10
8.21	11.51	40.11	274	515	Каша молочная пшеничная с маслом (пшено, молоко 3,2%, сахар-песок, соль йод., масло слив.)	200/10
17.03	8.98	6.32	174	556	Гуляш мясной 50/50	100
8.6	12	7.1	171	218	Поджарка из рыбы (горбуша, мука пш., лук репч., масло растит., соль йодир.)	70/20
2.3	8.5	17.9	158	313	Котлеты рубленые, запеченные с молочным соусом (говядина, хлеб, молоко, масло сл., соль йодир., мука, сыр)	70
4.32	4.07	29.55	182	585	Картофель запеченный по-московски (картофель, масло раст., масло сл., соль йодир.)	150
9.8	15	27.7	285	55	Перловка отварная (крупа перловая, масло слив., соль йод.)	150
8.46	11.7	28.4	253	328	Сосиска запеченная в тесте (тесто сл., сосиска, яйцо)	40/50
3.43	6.1	31,18	193	333	Плюшка "Эстонская" с сыром (тесто слобное дрожжевое, сыр, масло слив.)	75
9.07	19.45	18,04	283,5	1050	Булочка «Вертуга с яблоками» (мука, сахар-песок, молоко, дрожжи, яйцо, яблоко)	75
6.1	13.8	61,9	396	71	Слойка с фаршем из индейки с рисом (тесто сл, фарш из индейки с рисом)	75
6.1	13,4	59,9	394	71	Ленишки с вареньем (мука пш., дрожжи прес., сахар-песок, соль йодир., масло раст., варенье)	100/30
					Ленишки со сгущенным молоком (мука пш., дрожжи прес., сахар-песок, соль йодир., масло раст., молоко сгущ.)	100/30
2.4	7.7	25.3	187	-	Багетчик слоеный с начинкой БХП (клубника)	55
2.75	9.9	31.3	209	-	(ананас)	
2.75	9.9	27.5	209	-	(груша)	
4.2	14.7	25.9	294	-	Кеке «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
-	-	-	-	-	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* А.М.ШАХОВА
КАЛЬКУЛЯТОР *Т.Ю. Люкова* Т.Ю.ЛЮКОВА
ЗАВ ПРОИЗВОДСТВОМ

<http://комбинат-уу.рф>