

Без ГМО
и
пищевых добавок



МКП «Городской комбинат школьного питания»
М Е Н Ю школы № 7
С 06.09.2021-10.09.2021 года

Б	Ж	У	ЭЦ ккал	№ ТТК	Наименование блюда	Выход	Цена. руб.
6 сентября 2021							
Завтрак 7-11 лет							
7,3	11	36	274	515	Каша молочная пшеничная с маслом (пшено, молоко 3,2%, сахар-песок, соль йод, масло слив.)	180/10	16,55
7,7	13,5	20,5	239	1017	Бутерброд с сыром и маслом (сыр Российский, масло слив., хлеб пшеничный)	20/10/40	19,94
1,74	1,76	16,6	89	987	Напиток кофейный Школьный (кофейный напиток, молоко 3,2%, сахар-песок)	200	7,03
5,8	6,4	9,4	120	-	Молоко питьевое в потребительской упаковке	1/200	20,28
0,6	0,6	14,7	70,5	-	Яблоко свежее	150	16,20
23,14	33,26	97,2	792,5		Итого	810	80,00
Льготное питание							
Завтрак 12 лет и старше							
8,2	14,5	40	297	515	Каша молочная пшеничная с маслом (пшено, молоко 3,2%, сахар-песок, соль йод, масло слив.)	200/10	17,73
8,4	16,4	17,4	255	1017	Бутерброд с сыром и маслом (сыр Российский, масло слив., хлеб пшеничный)	25/12/34	23,76
1,81	1,67	13,22	75	986	Напиток кофейный Школьный (кофейный напиток, молоко 3,2%, сахар-песок)	200	7,03
5,8	6,4	9,4	120	-	Молоко питьевое в потребительской упаковке	1/200	20,28
0,6	0,6	14,7	70,5	-	Яблоко свежее	150	16,20
24,81	39,57	94,72	817,5		Итого	831	85,00
Льготное питание							
Обед 7-11 лет							
0,35	0,05	0,95	5,5	982	Закуска порционная (огурцы свежие)	50	5,50
6,3	7,4	10,7	135,4	694/998	Суп лапша-домашняя с фаршем (говядина, лапша домашняя, лук репч., морковь, масло растит., соль йодир.)	15/200	17,95
19,7	16,1	2,8	236	224	Фрикадельки Удинские (говядина, молоко, лук репч., яйцо)	90	45,68
5,54	4,5	34,61	201	310	Гарнир Забава (крупа рисовая, крупа гречневая, масло слив., соль йод.)	150	8,59
0,05	0,02	9,1	56	432	Чай с лимоном (чай, сахар-песок, лимон)	200/4	2,48
3,2	0,43	21,9	107,5	-	Хлеб пшеничный йодированный	43	2,57
1,98	0,36	11,88	39	-	Хлеб ржаной	20	1,03
0,6	0,6	14,7	70,5	-	Яблоко свежее	150	16,20
37,72	29,46	106,64	850,9		Итого	917	100,00
Льготное питание							
Обед 12 лет и старше							
0,56	0,08	1,52	8,8	982	Закуска порционная (огурцы свежие)	80	8,80
8,2	9,6	13,4	173,2	694/998	Суп лапша-домашняя с фаршем (говядина, лапша домашняя, лук репч., морковь, масло растит., соль йодир.)	20/250	23,45
21,9	17,9	3,1	262,5	224	Фрикадельки Удинские (говядина, молоко, лук репч., яйцо)	100	50,75
6,6	5,4	41,5	241	310	Гарнир Забава (крупа рисовая, крупа гречневая, масло слив., соль йод.)	180	10,31
0,05	0,02	9,1	56	432	Чай с лимоном (чай, сахар-песок, лимон)	200/4	2,48
2,4	0,33	16,8	82,5	-	Хлеб пшеничный йодированный	33	1,98
1,98	0,36	11,88	39	-	Хлеб ржаной	20	1,03
0,6	0,6	14,7	70,5	-	Яблоко свежее	150	16,20
42,29	34,29	112	933,5		Итого	1018	115,00
Льготное питание							
7 сентября 2021							
Завтрак 7-11 лет							

0,3	0,55	1	6,05	982	Закуска порционная (огурцы свежие)	55	6,05
11,2	17,9	6,4	233	252	Сеченники Посольские с маслом (минтай, хлеб, лук репч., масло раст., молоко, яйцо, мука пшен., соль йод., масло слив.)	75/10	33,08
3,06	4,4	20,04	132	371	Пюре картофельное (картофель, молоко, масло слив., соль йод.)	150	10,01
0,34	0,04	14,6	60,4	977	Чай с медом (чай, мед)	200/20	12,54
3,3	0,78	22,9	112,5	-	Хлеб пшеничный йодированный	45	2,72
0,58	0,58	14,2	68,15	-	Яблоко	145	15,60
18,78	101,47	79,14	612,1		Итого	560	80,00
					Льготное питание		80,00
					<u>Завтрак 12 лет и старше</u>		
0,4	0,06	1,2	7,15	982	Закуска порционная (огурцы свежие)	65	7,15
12	18,6	6,9	244	252	Сеченники Посольские с маслом (минтай, хлеб, лук репч., масло раст., молоко, яйцо, мука пшен., соль йод., масло слив.)	80/10	34,89
3,6	5,3	24,05	158	371	Пюре картофельное (картофель, молоко, масло слив., соль йод.)	180	12,01
0,34	0,04	14,6	60,4	977	Чай с медом (чай, мед)	200/20	12,54
3,5	0,47	23,9	117,5	-	Хлеб пшеничный йодированный	47	2,81
0,58	0,58	14,2	68,15	-	Яблоко	145	15,60
20,42	25,05	84,85	655,2		Итого	747	85,00
					Льготное питание		85,00
					<u>Обед 7-11 лет</u>		
0,8	0,15	2,85	18	982	Закуска порционная (помидоры свежие)	75	8,81
7,3	8,5	12,9	158,6	167/998	Рассольник Ленинградский с фаршем (говядина, крупа перловая, картофель, морковь, лук репч., томат паста, масло подсолн., огурцы солен., соль йод.)	20/200	25,00
10,3	25,4	0,44	272,8	636	Сосиски молочные отварные с маслом (сосиски, молочные, масло слив.)	100/5	50,57
5,25	3,90	32,7	187	307	Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, масло сл., соль йодир)	150	6,75
0,51	0,07	21,68	89,4	611	Компот из сухофруктов с витамином С (сухофрукты, сахар-песок, витамин С.)	200	4,45
3,6	0,48	24,4	120	-	Хлеб пшеничный йодированный	48	2,87
2,97	0,54	17,82	59	-	Хлеб ржаной	30	1,55
30,73	39,04	112,79	904,8		Итого	828	100,00
					Льготное питание		100,00
					<u>Обед 12 лет и старше</u>		
0,99	1,18	3,42	21,6	982	Закуска порционная (помидоры свежие)	90	10,60
7,8	9,5	16,2	182,5	167/998	Рассольник Ленинградский с фаршем (говядина, крупа перловая, картофель, морковь, лук репч., томат паста, масло подсолн., огурцы солен., соль йод.)	20/250	27,18
10,3	25,4	0,44	272,8	636	Сосиски молочные отварные с маслом (сосиски, молочные, масло слив.)	100/5	50,57
6,3	4,7	39,2	225	307	Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, масло сл., соль йодир)	180	8,10
0,57	0,07	24	99,36	611	Компот из сухофруктов с витамином С (сухофрукты, сахар-песок, витамин С.)	200	4,45
3	0,4	20,4	100	-	Хлеб пшеничный йодированный	40	2,42
2,97	0,54	17,82	59	-	Хлеб ржаной	30	1,55
0	0	24	91	-	Сок фруктовый в потребительской упаковке	1/200	10,13
31,93	41,79	145,48	1051,26		Итого	1015	115,00
					Льготное питание		115,00
					8 сентября 2021		
					<u>Завтрак 7-11 лет</u>		
25,22	10,11	29,06	308,3	342	Запеканка из творога со сгущ. молоком (творог, крупа манная, сахар-песок, яйцо куриное, масло слив., сухари панир., молоко сгущ.)	120/20	45,66
3	0,4	20,4	100	-	Хлеб пшеничный йодированный	40	2,42
0,19	0,04	0,03	1,33	1009	Чай без сахара	200	0,57
3,5	1,19	50,1	229	-	Банан	238	31,35
31,91	11,74	99,59	638,63		Итого	628	80,00

					Льготное питание		80,00
					Завтрак 12 лет и старше		
29,18	11,51	32,06	348,7	342	Запеканка из творога со сгущ МОЛОКОМ (творог, крупа манная, сахар-песок, яйцо куриное, масло слив., сухари панир., молоко сгущ.)	140/20	52,59
2,25	0,3	15,3	75	-	Хлеб пшеничный йодированный	30	1,81
0,19	0,04	0,03	1,33	1009	Чай без сахара	200	0,57
3,4	1,16	48,7	222	-	Банан	228	30,03
35,02	13,01	96,09	647,03		Итого		85,00
					Льготное питание		85,00
					Обед 7-11 лет		
5,5	7,7	14,3	149,6	157	Суп картофельный с бобовыми, с п/к колбасой (картофель, горох, морковь, лук репч., масло растит., п/к колбаса)	10/200	9,73
12,3	18,1	5,1	233	551	Бефстроганов (говядина, лук репч., масло растит., мука пш., сметана, соль йодир.) 40/50	90	41,33
4,4	4,4	19,5	136	676	Гарнир каша гречневая вязкая (крупа гречневая, масло сливочное, соль йод.)	150	7,47
0,38	0,13	18,2	75	667	Напиток из шиповника (шиповник, лимон, сахар-песок)	200	5,26
3,15	0,42	21,42	105	-	Хлеб пшеничный йодированный	42	2,54
1,98	0,36	11,88	39	-	Хлеб ржаной	20	1,03
0,68	0,51	17,51	80	-	Груша свежая	170	32,64
28,39	31,62	107,91	817,6		Итого	882	100,00
					Льготное питание		100,00
					Обед 12 лет и старше		
7,2	10,6	18	197	157	Суп картофельный с бобовыми, с п/к колбасой (картофель, горох, морковь, лук репч., масло раст., п/к колбаса)	15/250	13,55
15	20,3	5,1	261	551	Бефстроганов (говядина, лук репч., масло растит., мука пш., сметана, соль йодир.) 50/50	100	49,63
5,3	5,3	23,4	163	676	Гарнир каша гречневая вязкая (крупа гречневая, масло сливочное, соль йод.)	180	8,97
0,38	0,13	18,2	75	667	Напиток из шиповника (шиповник, лимон, сахар-песок)	200	5,26
3	0,4	20,4	100	-	Хлеб пшеничный йодированный	40	2,42
2,97	0,54	17,82	59	-	Хлеб ржаной	20	1,03
0,56	0,42	14,4	65,8	-	Груша свежая	175	34,14
34,41	37,69	117,32	923,8		Итого	970	115,00
					Льготное питание		115,00
					9 сентября 2021		
					Завтрак 7-11 лет		
15,6	13,1	2,6	192	208	Люля кебаб домашний (говядина, лук репчатый, хлеб пш., соль йодир.)	65	45,60
4,3	15	29	269,7	309	Перловка с овощами (крупа перловая, морковь, лук репч., масло растит., томат паста, масло слив., соль йодир.)	150	10,88
0,38	0,07	23	94,4	435	Компот из изюма с витамином С (изюм, сахар-песок, лимон кислота)	180	6,17
2,1	0,29	14,79	72,5	-	Хлеб пшеничный йодированный	29	1,75
0,58	0,38	14,1	68,15	-	Яблоко	145	15,60
22,96	29,04	83,49	696,75		Итого	569	80,00
					Льготное питание		80,00
					Завтрак 12 лет и старше		
16,8	14,1	2,8	206	208	Люля кебаб домашний (говядина, лук репчатый, хлеб пш., соль йодир.)	70	49,10
4,9	17	33	305,7	309	Перловка с овощами (крупа перловая, морковь, лук репч., масло растит., томат паста, масло слив., соль йодир.)	170	12,32
0,38	0,07	23	94,4	435	Компот из изюма с витамином С (изюм, сахар-песок, лимон кислота)	180	6,17
2,25	0,3	15,3	75	-	Хлеб пшеничный йодированный	30	1,81
0,58	0,38	14,1	68,15	-	Яблоко	145	15,60
24,91	32,05	88,2	749,25		Итого	595	85,00
					Льготное питание		85,00

						Обед 7-11 лет			
3,7	7,5	12,9	134,5	17	Уха Рыбачья (картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное, масло сливочное, сайра)	15/200		16,05	
18,2	27,4	39,5	478	523	Плов из говядины с овощами (говядина, крупа рисовая, морковь, лук репч., томат, масло подсолн., соль йодир)	50/150		52,71	
0,15	0,11	18,28	74,7	692	Компот из свежих груш с витамином С (груши, сахар-песок, аскорбиновая кислота)	200		12,74	
2,3	0,31	15,8	77,5	-	Хлеб пшеничный йодированный	31		1,87	
1,98	0,36	11,88	39	-	Хлеб ржаной	20		1,03	
0,58	0,58	14,1	68,15	-	Яблоко	145		15,60	
26,91	36,26	112,46	871,85		Итого	811		100,00	
						Льготное питание		100,00	
						Обед 12 лет и старше			
4,8	9,6	16,2	171,7	17	Уха Рыбачья (картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное, масло сливочное, сайра)	20/250		20,95	
21	29	39,5	509	523	Плов из говядины с овощами (говядина, крупа рисовая, морковь, лук репч., томат, масло подсолн., соль йодир)	60/150		61,45	
0,15	0,11	18,28	74,7	692	Компот из свежих груш с витамином С (груши, сахар-песок, аскорбиновая кислота)	200		12,74	
3,3	0,45	22,9	74,4	-	Хлеб пшеничный йодированный	45		2,71	
2,97	0,54	17,82	59	-	Хлеб ржаной	30		1,55	
0,56	0,56	13,7	65,8	-	Яблоко	140		15,60	
32,78	40,26	128,4	954,6		Итого	885		115,00	
						Льготное питание		115,00	
						10 сентября 2021			
						Завтрак 7-11 лет			
0,3	0,06	1,33	8,4	982	Закуска порционная (помидоры свежие)	35		4,11	
10,3	25,4	0,44	273	636	Сосиска отварная с маслом (сосиска молочная, масло слив.)	100/5		50,57	
5,30	3,93	32,73	187,5	307	Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, масло сл., соль йодир)	150		6,75	
0	0	18,6	74	1014	Напиток с витаминами «Витошка» (смесь сухая с витаминами, вода)	200		6,67	
2,1	0,29	14,7	72,5	-	Хлеб пшеничный йодированный	29		1,77	
0	0	24	91	-	Сок фруктовый в потребительской упаковке	1/200		10,13	
18	29,68	91,8	706,4		Итого	719		80,00	
						Льготное питание		80,00	
						Завтрак 12 лет и старше			
0,66	0,12	2,28	14,4	982	Закуска порционная (помидоры свежие)	60		7,05	
10,3	25,4	0,44	273	636	Сосиска отварная с маслом (сосиска молочная, масло слив.)	100/5		50,57	
6,3	4,7	39,2	225	307	Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, масло сл., соль йодир)	180		8,10	
0	0	18,6	74	1014	Напиток с витаминами «Витошка» (смесь сухая с витаминами, вода)	200		6,67	
3	0,41	20,9	102,5	-	Хлеб пшеничный йодированный	41		2,48	
0	0	24	91	-	Сок фруктовый в потребительской упаковке	1/200		10,13	
20,26	30,63	105,42	779,9		Итого	786		85,00	
						Льготное питание		85,00	
						Обед 7-11 лет			
0,45	0,06	1,14	6,6	982	Закуска порционная (огурцы свежие)	65		7,15	
4,2	6,1	6,6	98,8	197/998	Щи из свежей капусты с фаршем (говядина, картофель, капуста, морковь, лук репч., томат паста, масло раст., соль йод.)	10/200		12,62	
11	13,6	10	207,7	1029	Котлета Мечта с соусом (минтай, свинина, хлеб пш., молоко, лук репч., сухари панир, масло растит., соус белый основной) 80/20	100		32,14	
3,06	4,1	20,04	132	371	Пюре картофельное (картофель, молоко, масло слив., соль йод.)	150		10,01	
0,05	0,02	9,1	56	432	Чай с лимоном (чай, сахар-песок, лимон)	200/4		2,48	
1,98	0,36	11,88	39	-	Хлеб пшеничный йодированный	48		2,89	
				-	Хлеб ржаной	20		1,03	

3,6	1,2	50,4	230	-	Банан	240	31,68
27,94	26,22	133,56	890,1		Итого	1037	100,00
					Льготное питание		
					Обед 12 лет и старше		
0,63	0,09	1,71	9,9	982	Закуска порционная (огурцы свежие)	90	9,90
7,3	9,3	8,2	147	197/998	Щи из свежей капусты с фаршем (говядина, картофель, капуста, морковь, лук репч., томат паста, масло раст., соль йод)	20/250	21,87
11	13,6	10	207,7	1029	Котлета Мечта с соусом (минтай, свинина, хлеб пш. молоко, лук репч., сухари панир., масло растит., соус белый основной) 80/20	100	32,14
3,6	5,3	24,05	158	371	Пюре картофельное (картофель, молоко, масло слив., соль йод)	180	12,01
0,05	0,02	9,1	56	432	Чай с лимоном (чай, сахар-песок, лимон)	200/4	2,48
4,2	0,56	28,5	140	-	Хлеб пшеничный йодированный	56	3,37
2,97	0,54	17,82	59	-	Хлеб ржаной	30	1,55
3,6	1,2	50,4	230	-	Банан	240	31,68
33,35	30,61	149,78	1007,6		Итого	1170	115,00
					Льготное питание		115,00

ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР

КАЛЬКУЛЯТОР

ЗАВ ПРОИЗВОДСТВОМ

А.М. Шахова
А.М.ШАХОВА

А.П. Малыгина
А.П.МАЛЫГИНА

<http://комбинат-уу.рф>