

«Согласовано»
 Директор школы № 7



Без ГМО
 и
 пищевых добавок

МКП «Городской комбинат школьного питания»
 М Е Н Ю школы № 7

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	Цена, руб.
На 8 ноября 2021 г.							
Завтрак 7-11 лет							
4,7	4,04	0,25	56,5	776	Яйцо вареное	1 шт.	9,44
7,115	6,23	16,83	155,3	868	Бутерброд с сыром	20/33	13,84
6,82	14,5	35,1	298,9	527	Каша молочная Боярская (пшено, молоко 3,2%, сахар-песок, изюм, соль йод., масло слив.)	165	24,10
2,36	2,23	16,8	96,7	986	Какао-напиток (какао порошок, молоко, сахар)	200	7,66
5,8	6,4	9,4	120		Молоко в п/у	1/200	24,96
26,795	33,4	78,38	727,4		Итого	658	80,00
Льготное питание							
Завтрак 12 лет и старше							
4,7	4,04	0,25	56,5	776	Яйцо вареное	1 шт.	9,44
7,115	6,23	16,83	155,3	868	Бутерброд с сыром	20/33	13,84
8,27	17,63	42,63	362	527	Каша молочная Боярская (пшено, молоко 3,2%, сахар-песок, изюм, соль йод., масло слив.)	200	29,10
2,36	2,23	16,80	96,79	986	Какао-напиток (какао порошок, молоко, сахар)	200	7,66
5,8	6,4	9,4	120		Молоко в п/у	1/200	24,96
28,245	36,53	85,91	790,59		Итого	693	85,00
Льготное питание							
Обед 7-11 лет							
0,96	0,24	8,58	41,4	1007	Закуска порционная (кукуруза консервированная)	60	21,28
2,42	6,50	21,02	152,8	1000	Суп рисовый «Восточный» с фаршем (фарш говяж., крупа рисов., лук репч., морковь, томат, паста, чеснок, соль йодир.)	20/250	24,29
12,8	16,5	13,1	252,4	1035	Биточки особые с соусом красным основным (говядина, свинина, молоко, сухари панир., масло раст., соус красный осн.) 80/30	110	40,26
4,4	3,93	25,33	187	307	Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, масло сл.)	150	6,75
0,22	0,05	13,7	56	432	Чай с лимоном (чай, лимон, сахар-песок)	200/7	3,65
2,55	0,34	17,34	85	-	Хлеб пшеничный йодированный	34	2,32
1,65	0,3	9,9	49,5	-	Хлеб ржаной	25	1,45
25	27,86	108,97	824,1		Итого	856	100,00
Льготное питание							
Обед 12 лет и старше							
1,6	0,4	14,3	69	1007	Закуска порционная (кукуруза консервированная)	100	35,47
3,02	8,19	26,28	191	1000	Суп рисовый «Восточный» с фаршем (фарш говяж., крупа рисов., лук репч., морковь, томат, паста, чеснок, соль йодир.)	20/250	24,29
12,8	16,5	13,1	252,4	1035	Биточки особые с соусом красным основным (говядина, свинина, молоко, сухари панир., масло раст., соус красный осн.) 80/30	110	40,26
6,3	4,7	39,2	225	307	Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, масло сл.)	180	8,10
0,22	0,05	13,7	56	432	Чай с лимоном (чай, лимон, сахар-песок)	200/7	3,65
1,95	0,26	13,26	65	-	Хлеб пшеничный йодированный	26	1,78
1,65	0,3	9,9	49,5	-	Хлеб ржаной	25	1,45
27,54	30,4	129,74	907,9		Итого	918	115,00
Льготное питание							
На 9 ноября 2021 г.							
Завтрак 7-11 лет							
13,95	12,42	5,382	189,2	256	Колобки «Приморье» с маслом (горбуша, крупа рисовая, лук репч., масло раст., яйцо, соль йод.)	80/5	31,83
3,06	4,43	20,04	132	371	Пюре картофельное (картофель, молоко, масло слив., соль йод.)	150	18,72
0,57	0,09	24,09	99	611	Компот из сухофруктов с вит С (смесь сухофруктов, сахар-песок, лимон кислота, аскорб кислота)	200	4,45
1,875	0,25	12,75	62,5	-	Хлеб пшеничный йодированный	39	2,68
0,96	0,24	9	45,6		Мандарин св	120	22,32
20,415	17,43	71,262	528,3		Итого	594	80,00
Льготное питание							
Завтрак 12 лет и старше							
13,99	16,05	5,44	202,2	256	Колобки «Приморье» с маслом (горбуша, крупа рисовая, лук репч., масло раст., яйцо, соль йод.)	80/7	33,02

3,676	5,321	24,05	158,8 3	371	Пюре картофельное (картофель, молоко, масло слив., соль йод.)	180	22,47
0,57	0,09	24,09	99	611	Компот из сухофруктов с вит С (смесь сухофруктов, сахар-песок, лимон кислота, аскорб кислота)	200	4,45
3	0,4	20,4	100	-	Хлеб пшеничный йодированный	40	2,74
0,96	0,24	9	45,6		Мандарин св	120	22,32
22,196	22,101	82,98	605,63		Итого	627	85,00
					Льготное питание		85,00
					Обед 7-11 лет		
1,24	0,08	2,6	16	984	Закуска порционная (горошек консервированный)	40	10,51
6,1	7,9	12,7	147,1	165/998	Борщ из свежей капусты с картофелем, с фаршем (говядина, картофель, капуста, морковь, лук репч., томат паста, масло раст., соль йод.)	15/250	22,58
8,33	13,48	7,76	185,7	225	Котлета Незнайка с соусом (говядина, свинина, молоко, хлеб пш йодир., лук репч., яйцо, сухари панир., масло подсолн. соль йодир.) 60/30	90	27,31
3,65	5,42	35,97	207,3	297	Рис розовый (крупа рисовая, масло слив., томат паста, соль йод.)	150	7,44
0	0	24	95	902	Кисель детский «Витошка» (кисель из концентрата)	200	6,83
1,875	0,25	12,75	62,5	-	Хлеб пшеничный йодированный	25	1,73
1,65	0,3	9,9	49,5	-	Хлеб ржаной	25	1,45
0,95	0,24	8,92	45,22	-	Мандарин св	119	22,15
23,795	27,67	114,6	808,32		Итого	914	100,00
					Льготное питание		100,00
					Обед 12 лет и старше		
1,24	0,08	2,6	16	984	Закуска порционная (горошек консервированный)	40	10,51
6,10	7,94	12,74	147,1	165/998	Борщ из свежей капусты с картофелем, с фаршем (говядина, картофель, капуста, морковь, лук репч., томат паста, масло раст., соль йод.)	15/250	22,58
14,06	15,49	12,19	244,5	225	Котлета Незнайка с соусом (говядина, свинина, молоко, хлеб пш йодир., лук репч., яйцо, сухари панир., масло подсолн. соль йодир.) 90/30	120	40,36
4,38	6,5	43,08	248	297	Рис розовый (крупа рисовая, масло слив., томат паста, соль йод.)	180	8,94
0	0	24	95	902	Кисель детский «Витошка» (кисель из концентрата)	200	6,83
2,4	0,32	16,32	80	-	Хлеб пшеничный йодированный	32	2,18
1,65	0,3	9,9	49,5	-	Хлеб ржаной	25	1,45
1,008	0,25	9,45	46,74	-	Мандарин св	119	22,15
30,838	30,88	130,28	926,84		Итого	981	115,00
					Льготное питание		115,00
					На 10 ноября 2021 г.		
					Завтрак 7-11 лет		
9,850	16,14	2,707	195,5	625/370	Колбаса отварная с соусом (колбаса Докторская, соус красн. осн.)	80/30	36,44
7,462	13,58	32,99	284,1	808	Гречка отварная с пассерованными овощами (крупа гречн., лук репч., морковь, масло подсолн., соль йод.)	150	10,60
1,875	0,25	12,75	62,5	-	Хлеб пшеничный йодированный	25	1,73
0	0	18,6	74	1014	Напиток Витошка (концентрат напитка, вода)	200	6,67
0,78	0,78	19,11	91,65	-	Яблоко	195	24,56
19,967	30,75	86,157	707,75		Итого	680	80,00
					Льготное питание		80,00
					Завтрак 12 лет и старше		
11,0	18,0	2,84	218,4	625/370	Колбаса отварная с соусом (колбаса Докторская, соус красн. осн.)	90/30	40,85
8,95	16,34	39,55	340,9	808	Гречка отварная с пассерованными овощами (крупа гречн., лук репч., морковь, масло подсолн., соль йод.)	180	12,72
1,875	0,25	12,75	62,5	-	Хлеб пшеничный йодированный	25	1,73
0	0	18,6	74	1014	Напиток Витошка (концентрат напитка, вода)	200	6,67
0,732	0,732	17,9	86,01	-	Яблоко	183	23,03
22,557	35,322	91,674	781,81		Итого	708	85,00
					Льготное питание		85,00
					Обед 7-11 лет		
7,80	8,92	2,49	121,5	694/998	Суп-лапша домашняя с фаршем (говядина, лапша Ролтон, морковь, лук репч., масло подсолн., соль йод.)	20/250	26,23
11,51	12,45	2,58	168,4	550	Гуляш мясной (говядина, лук репч., томат паста, масло раст., мука пш., соль йод.) 40/50	90	41,72
4,32	4,07	29,55	172	585	Перловка отварная (крупа перловая, масло слив., соль йод.)	150	5,75
0,05	0,02	9,1	37	663	Чай с сахаром (чай, сахар-песок)	200	1,30
1,875	0,25	12,75	62,5	-	Хлеб пшеничный йодированный	25	1,73
1,65	0,3	9,9	49,5	-	Хлеб ржаной	25	1,45
0,6	0,6	17,0	81,7	-	Яблоко	174	21,82

27,805	26,61	83,37	692,6		Итого	934	100,00
					Льготное питание		100,00
					Обед 12 лет и старше		
7,80	8,92	2,49	121,5	694/998	Суп-лапша домашняя с фаршем (говядина, лапша Ролстон, морковь, лук репч., масло подсолн., соль йод.)	20/250	26,23
15,78	17,11	3,33	230,5	550	Гуляш мясной (говядина, лук репч., томат паста, масло раст., мука пш., соль йод.) 55/55	110	56,65
5,18	4,89	35,4	206,6	585	Перловка отварная (крупа перловая, масло слив., соль йод.)	180	6,90
0,05	0,02	9,1	37	663	Чай с сахаром (чай, сахар-песок)	200	1,30
1,875	0,25	12,75	62,5	-	Хлеб пшеничный йодированный	25	1,73
1,65	0,3	9,9	49,5	-	Хлеб ржаной	25	1,45
0,66	0,66	16,17	77,5	-	Яблоко	165	20,74
32,995	32,15	89,14	785,1		Итого	975	115,00
					Льготное питание		115,00
					На 11 ноября 2021 г.		
					Завтрак 7-11 лет		
11,3	12,2	6,04	179,8	1027	Ежики мясные с маслом (говядина крупа рисовая, лук реп., соль йод., масло сл.)	80/5	40,82
5,3	3,9	32,7	187,5	307	Макаронные изделия отварные (макаронные изд., масло слив., соль йод.)	150	6,75
0,38	0,13	18,2	75,6	667	Напиток из шиповника (шиповник, лимон, сахар-песок)	200	5,79
3,44	0,46	23,46	115	-	Хлеб пшеничный йодированный	46	3,18
0,74	0,74	18,3	87,8	-	Яблоко	187	23,46
21,16	17,43	98,7	645,7		Итого	668	80,00
					Льготное питание		80,00
					Завтрак 12 лет и старше		
11,3	15,8	6,1	212,8	1027	Ежики мясные с маслом (говядина крупа рисовая, лук реп., соль йод., масло сл.)	80/10	43,80
6,3	4,7	39,2	225	307	Макаронные изделия отварные (макаронные изд., масло слив., соль йод.)	180	8,10
3,44	0,13	18,2	75,6	667	Напиток из шиповника (шиповник, лимон, сахар-песок)	200	5,79
3,44	0,46	23,46	115	-	Хлеб пшеничный йодированный	46	3,18
0,76	0,76	18,81	90,2	-	Яблоко	192	24,13
25,24	21,85	105,77	718,6		Итого	708	85,00
					Льготное питание		85,00
					Обед 7-11 лет		
7,3	9,3	8,2	147,1	197/998	Щи из свежей капусты с фаршем (говядина, картофель, капуста, морковь, лук репч., томат паста, масло раст., соль йод.)	20/250	27,08
9,4	10,6	10,3	175,0	29	Котлета мясная с соусом (говядина, хлеб пшени., сухари панир., соль йод., масло подсол., соус оен) 60/30	90	30,24
8,2	5,3	35,9	224,6	632	Гарнир каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, масло сливочное, соль йод.)	150	10,97
0,23	1,06	17,8	82	904	Напиток из облепихи протертой с сахаром (облепиха, протертая с сахаром, сахар-песок)	180	10,42
1,65	0,22	11,2	55	-	Хлеб пшеничный йодированный	22	1,50
1,98	0,36	11,88	39	-	Хлеб ржаной	20	1,16
0,5	0,5	14,5	69,5	-	Яблоко	148	18,63
29,26	27,34	109,78	792,2		Итого	880	100,00
					Льготное питание		100,00
					Обед 12 лет и старше		
7,3	9,3	8,2	147,1	197/998	Щи из свежей капусты с фаршем (говядина, картофель, капуста, морковь, лук репч., томат паста, масло раст., соль йод.)	20/250	27,08
12,46	13,87	13,14	227	29	Котлета мясная с соусом (говядина, хлеб пшени., сухари панир., соль йод., масло подсол., соус оен) 80/30	110	39,91
9,8	6,4	43	269,6	632	Гарнир каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, масло сливочное, соль йод.)	180	13,16
0,23	1,06	17,8	82	904	Напиток из облепихи протертой с сахаром (облепиха, протертая с сахаром, сахар-песок)	180	10,42
1,95	0,26	13,2	65	-	Хлеб пшеничный йодированный	26	1,77
1,98	0,36	11,88	39	-	Хлеб ржаной	20	1,16
0,68	0,68	16,7	80,3	-	Яблоко	171	21,50
34,4	31,93	123,92	910		Итого	957	115,00
					Льготное питание		115,00
					На 12 ноября 2021 г.		
					Завтрак 7-11 лет		
12,12	11,55	9,01	188,5	774/370	Биточки паровые с соусом (говядина, хлеб пшени., соль йодир., сухари панир., соус красный основной)	80/30	40,16
3,1	4,1	31,5	176	552	Рис отварной (крупа рисовая, масло слив., соль йод.)	150	7,77
0	0	24	95	902	Кисель детский «Витошка» (кисель из концентрата)	200	6,83
2,3	0,31	15,81	77,5	-	Хлеб пшеничный йодированный	30	2,07
1	0,25	9,375	47,5	-	Мандарин св.	125	23,17
18,52	16,21	89,695	584,5		Итого	615	80,00

					Льготное питание		80,00
					Завтрак 12 лет и старше		
12,12	11,55	9,01	188,5	774/370	Биточки паровые с соусом (говядина, хлеб пшен., соль йодир., сухари панир., соус красный основной)	85/30	42,59
4,3	5,7	43,7	243,8	552	Рис отварной (крупа рисовая, масло слив., соль йод.)	180	9,32
0	0	24	95	902	Кисель детский «Витошка» (кисель из концентрата)	200	6,83
2,3	0,31	15,81	77,5	-	Хлеб пшеничный йодированный	30	2,07
1,04	0,26	9,75	49,4	-	Мандарин св.	130	24,19
20	18,23	111,41	654,2		Итого	655	85,00
					Льготное питание		85,00
					Обед 7-11 лет		
6,43	8,45	16,21	166	167/998	Рассольник Ленинградский с фаршем (говядина, крупа перловая, картофель, морковь, лук репч., томат паста, масло подсолн., огурцы солен., соль йод.)	15/250	27,67
11,3	6,8	5,2	127,6	1034	Хлебцы рыбные с соусом белым 60/30 (горбуша хлеб пш., молоко 3,2%, яйцо соль йод., масло раст.)	90	24,62
3,06	4,43	20,04	132	371	Пюре картофельное (картофель, молоко, масло слив., соль йод.)	150	18,72
0,57	0,09	24,09	99	611	Компот из сухофруктов с вит С (смесь сухофруктов, сахар-песок, лимон кислота, аскорб кислота)	200	4,45
1,875	0,25	12,75	62,5	-	Хлеб пшеничный йодированный	25	1,73
1,98	0,36	11,88	39	-	Хлеб ржаной	20	1,16
0,93	0,23	8,7	44,4	-	Мандарин св.	117	21,65
26,145	20,61	98,87	670,5		Итого	867	100,00
					Льготное питание		100,00
					Обед 12 лет и старше		
6,43	8,45	16,21	166	167/998	Рассольник Ленинградский с фаршем (говядина, крупа перловая, картофель, морковь, лук репч., томат паста, масло подсолн., огурцы солен., соль йод.)	15/250	27,67
15,9	9,1	6,95	174,1	1034	Хлебцы рыбные с соусом белым 85/30 (горбуша хлеб пш., молоко 3,2%, яйцо соль йод., масло раст.)	105	34,55
3,6	5,3	24,0	159	371	Пюре картофельное (картофель, молоко, масло слив., соль йод.)	180	22,47
0,57	0,09	24,09	99	611	Компот из сухофруктов с вит С (смесь сухофруктов, сахар-песок, лимон кислота, аскорб кислота)	200	4,45
2,55	0,34	17,3	85	-	Хлеб пшеничный йодированный	34	2,32
1,65	0,3	9,9	49,5	-	Хлеб ржаной	25	1,45
0,984	0,246	9,225	45,98		Мандарин св.	119	22,09
31,684	23,826	107,675	778,58		Итого	928	115,00
					Льготное питание		115,00

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

<http://комбинат-уу.рф>