

Без ГМО и пищевых
добавок

МКП «Городской комбинат школьного питания»

М Е Н Ю школы № 7

На 21 ноября 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	Цена, руб.
Завтрак 7-11 лет							
5,08	4,6	0,28	62,84	776	Яйцо вареное	1 шт.	10,50
5,48	4,62	36,14	208,08	623	Каша молочная кукурузная с маслом (крупа кукурузная, молоко, сахар-песок, соль йод., масло слив.)	150/10	20,81
4,8	3,41	16,07	110,17	-	Бутерброд с сыром (хлеб, сыр.)	13/29	13,82
1,82	1,67	13,22	75,19	986	Какао-напиток (какао порошок, молоко, сахар)	200	9,76
1,5	0,2	10,2	48,6	-	Хлеб пшеничный йодированный	20	1,52
2,04	0,68	28,6	116,71	-	Банан	227	28,59
20,72	15,18	104,51	621,59		Итого	689	85,00
Льготное питание							85,00
Завтрак 12 лет и старше							
5,08	4,6	0,28	62,84	776	Яйцо вареное	1 шт.	10,50
6,85	5,78	45,18	260,10	623	Каша молочная кукурузная с маслом (крупа кукурузная, молоко, сахар-песок, соль йод., масло слив.)	190/10	24,06
4,8	3,41	16,07	114,17	-	Бутерброд с сыром (хлеб, сыр.)	13/29	13,82
1,82	1,67	13,22	75,19	986	Какао-напиток (какао порошок, молоко, сахар)	200	9,76
1,88	0,25	12,75	60,75	-	Хлеб пшеничный йодированный	25	1,90
2,14	0,71	29,99	134,95	-	Банан	238	29,96
22,57	16,42	117,49	708		Итого	745	90,00
Льготное питание							90,00
Обед 7-11 лет							
4,69	6,26	5,68	97,77	154/998	Щи по - уральски из свежей капусты с мясом (говядина, крупа перловая, лук репч., морковь, капуста св., масло подсолн., соль йодир., томат. паста)	15/200	18,54
15,39	12,14	1,16	175,47	995	Террин из горбуши с маслом сл. (горбуша, молоко, яйцо, масло слив. соль йод.,)	95	61,05
3,60	4,78	36,44	203,23	552	Рис отварной (крупа рисовая, вода, соль йод.)	150	11,86
0	0	21,39	85,56	902	Кисель детский «Витошка» (вода, кисель, Витошка)	200	10,12
2,18	0,29	14,79	70,47	-	Хлеб пшеничный йодированный	29	2,20
1,32	0,24	7,92	39,12	-	Хлеб ржаной	20	1,23
27,18	23,71	87,38	671,62	-	Итого	709	105,00
Льготное питание							105,00
Обед 12 лет и старше							
5,89	7,86	7,13	122,78	154/998	Щи по - уральски из свежей капусты с мясом (говядина, крупа перловая, лук репч., морковь, капуста св., масло подсолн., соль йодир., томат. паста)	20/250	24,44
17,01	13,42	1,28	193,94	995	Террин из горбуши с маслом сл. (горбуша, молоко, яйцо, масло слив. соль йод.,)	105	67,20
4,33	5,74	43,73	243,88	552	Рис отварной (крупа рисовая, вода, соль йод.)	180	14,23
0	0	21,39	85,56	1014	Кисель детский «Витошка» (вода, кисель, Витошка)	200	10,12
2,25	0,3	15,3	72,90	-	Хлеб пшеничный йодированный	30	2,28
1,85	0,34	11,09	56,77	-	Хлеб ржаной	28	1,73
31,33	27,66	99,92	775,83		Итого	813	120,00
Льготное питание							120,00
Полдник							
5,99	6,11	40,85	242,35	327	Булочка «Три лепестка» (мука, сахар-песок, дрожжи, яйцо, масло сл.)	75	11,26
1,36	1,41	2,14	26,69	603	Чай с молоком (чай, молоко)	50/150	6,28
7,35	7,52	42,99	269,04		Итого	275	17,54

ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР

КАЛЬКУЛЯТОР

ЗАВ ПРОИЗВОДСТВОМ

Handwritten signature of A.M. Shakhova

А.М.ШАХОВА

С.А.БАТУРИНА

<http://комбинат-уу.рф>

Без ГМО и пищевых добавок

МКП «Городской комбинат школьного питания»

М Е Н Ю школы № 7

На 22 ноября 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	Цена, руб.
Завтрак 7-11 лет							
0,77	0,14	2,66	14,98	982	Закуска порционированная (помидоры свежие)	70	15,38
13,88	11,76	7,06	189,60	1038	Фрикадельки Удинские с соусом красным (говядина, масло растит., лук репч., молоко, соль йодир., яйцо, соус кр осн) 75/30	105	49,97
5,42	4,07	31,8	185,45	307	Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, масло сл.)	150	8,32
0,99	0,06	18,36	77,94	669a	Компот из кураги с вит С (курага, сахар, лимон.кислота, аскорб. кислота)	200	9,20
2,10	0,28	14,28	68,04	-	Хлеб пшеничный йодированный	28	2,13
23,16	16,31	74,16	536,01		Итого	553	85,00
					Льготное питание		85,00
Завтрак 12 лет и старше							
0,99	0,18	3,42	19,26	982	Закуска порционированная (помидоры свежие)	90	19,78
13,88	11,76	7,06	189,60	1038	Фрикадельки Удинские с соусом красным (говядина, масло растит., лук репч., молоко, соль йодир., яйцо, соус кр осн) 75/30	105	49,97
6,50	4,88	38,16	222,53	307	Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, масло сл.)	180	9,99
0,89	0,05	16,52	70,15	669a	Компот из кураги с вит С (курага, сахар, лимон.кислота, аскорб. кислота)	180	8,28
1,95	0,26	13,26	63,18	-	Хлеб пшеничный йодированный	26	1,98
24,21	17,13	78,42	564,72		Итого	581	90,00
					Льготное питание		90,00
Обед 7-11 лет							
0,48	0,06	1,5	8,46	982	Закуска порционная (огурцы свежие)	60	13,18
8,64	7,45	14,63	160,08	157/998	Суп картофельный с бобовыми, с фаршем (картофель, горох, морковь, лук репч., масло раст., говядина)	20/200	24,47
13,65	20,40	8,35	271,60	209	Кюфта по-Московски с соусом красным (говядина, свинина, лук, яйцо, крупа рисовая, вода, мука, соль, томатная паста.) 75/30	105	46,61
5,13	4,59	35,48	203,74	585	Перловка отварная (крупа перловая, вода, соль, масло сливочное.)	180	8,47
0,1	0,43	21,06	88,51	435	Компот из изюма с витамином С (изюм, сахар, лимонная кислота, аскорбиновая кислота, вода.)	200	8,15
2,55	0,34	17,34	82,12	-	Хлеб пшеничный йодированный	34	2,58
1,65	0,30	9,90	48,90		Хлеб ржаной	25	1,54
32,2	33,57	108,26	863,41		Итого	824	105,00
					Льготное питание		105,00
Обед 12 лет старше							
0,80	0,10	2,50	14,10	982	Закуска порционная (огурцы свежие)	100	21,97
10,8	9,31	18,28	200,1	157/998	Суп картофельный с бобовыми, с фаршем (картофель, горох, морковь, лук репч., масло раст., говядина)	25/250	30,58
13,65	20,40	8,35	271,60	209	Кюфта по-Московски с соусом красным (говядина, свинина, лук, яйцо, крупа рисовая, вода, мука, соль, томатная паста.) 75/30	105	46,61
5,13	4,59	35,48	203,74	585	Перловка отварная (крупа перловая, вода, соль, масло сливочное.)	180	8,47
0,1	0,43	21,06	88,51	435	Компот из изюма с витамином С (изюм, сахар, лимонная кислота, аскорбиновая кислота, вода.)	200	8,15
2,4	0,32	16,32	77,76	-	Хлеб пшеничный йодированный	32	2,43
1,91	0,35	11,48	56,72	-	Хлеб ржаной	29	1,79
34,79	35,5	113,47	912,53		Итого	921	120,00
					Льготное питание		120,00
Полдник							
5,17	7,99	39,41	250,23	325	Булочка Посыпная (мука, дрожжи прес., соль йодир., сахар-песок, масло слив.)	75	13,07
5,8	6,4	9,4	120	106	Молоко питьевое	200	22,08
10,97	14,39	48,81	370,23		Итого	275	35,15

ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР

КАЛЬКУЛЯТОР

ЗАВ ПРОИЗВОДСТВОМ

(Handwritten signature)

А.М.ШАХОВА

С.А.БАТУРИНА

<http://комбинат-уу.рф>

Без ГМО и пищевых
добавок

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

На 23 ноября 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	Цена, руб.
Завтрак 7- 11 лет							
18,28	4,74	14,09	172,16	973	Биточки рубленые из индейки с соусом красным (индейка филе, хлеб, сухари, соль йод, масло раст., томатная паста, вода, мука) 80/30	110	43,32
3,39	4,11	20,67	133,23	676	Гарнир каша гречневая вязкая (крупа гречневая, масло сливочное, соль йод.)	150	9,40
0	0	19,40	77,60	1014	Напиток с витаминами «Витошка» (смесь сухая «Витошка, вода.)	200	8,40
2,10	0,28	14,28	68,04	-	Хлеб пшеничный йодированный	28	2,13
1,26	0,32	11,85	55,30		Мандарин	158	21,75
25,03	9,45	80,29	506,33		Итого	646	85,00
					Льготное питание		85,00
Завтрак 12 лет и старше							
18,28	4,74	14,09	172,16	973	Биточки рубленые из индейки с соусом красным (индейка филе, хлеб, сухари, соль йод, масло раст., томатная паста, вода, мука) 80/30	110	43,32
4,07	4,93	24,8	159,88	676	Гарнир каша гречневая вязкая (крупа гречневая, масло сливочное, соль йод.)	180	11,28
0	0	19,40	77,60	1014	Напиток с витаминами «Витошка» (смесь сухая «Витошка, вода.)	200	8,40
2,70	0,36	18,36	87,48	-	Хлеб пшеничный йодированный	36	2,73
1,41	0,35	13,20	61,60	-	Мандарин	176	24,27
26,46	10,38	89,85	558,72		Итого	702	90,00
					Льготное питание		90,00
Обед 7-11 лет							
4,17	6,12	11,46	117,58	1000/998	Суп рисовый «Восточный» с фаршем (фарш говяж., крупа рисов., лук репч., морковь, томат. паста, чеснок, соль йодир.)	20/200	24,49
13,36	21,62	13,62	302,50	1055	Шницель мясной с соусом красным основным (говядина, свинина, хлеб пшен., соль йод., сухарь панир., яйцо, масло раст, соус красный осн.) 90/30	120	40,45
3,58	7,04	22,36	167,12	867	Пюре овощное (картофель, морковь, молоко, масло слив., соль йод.)	180	15,98
0,21	0,07	13,13	53,99	667	Напиток из шиповника (шиповник, сахар, лимон, вода)	200	5,68
1,88	0,25	12,75	60,75	-	Хлеб пшеничный йодированный	25	1,90
1,39	0,25	8,32	41,08	-	Хлеб ржаной	21	1,30
0,66	0,66	16,17	73,26	-	Яблоко свежее	165	15,20
25,25	36,01	97,81	816,28		Итого	931	105,00
					Льготное питание		105,00
Обед 12 лет и старше							
5,31	7,79	14,59	149,65	1000/998	Суп рисовый «Восточный» с фаршем (фарш говяж., крупа рисов., лук репч., морковь, томат. паста, чеснок, соль йодир.)	30/250	35,69
13,36	21,62	13,62	302,50	1055	Шницель мясной с соусом красным основным (говядина, свинина, хлеб пшен., соль йод., сухарь панир., яйцо, масло раст, соус красный осн.) 90/30	120	40,45
3,97	7,83	24,84	185,69	867	Пюре овощное (картофель, морковь, молоко, масло слив., соль йод.)	200	17,75
0,21	0,07	13,13	53,99	667	Напиток из шиповника (шиповник, сахар, лимон, вода)	200	5,68
2,63	0,35	17,85	85,05	-	Хлеб пшеничный йодированный	35	2,66
1,98	0,36	11,88	58,68	-	Хлеб ржаной	30	1,85
0,69	0,69	16,95	76,81	-	Яблоко свежее	173	15,92
28,15	38,71	112,86	912,37		Итого	1038	120,00
					Льготное питание		120,00
Полдник							
4,11	6,15	31,37	197,27	511	Кокроки с яблоками (мука, сахар-песок, масло слив., яйцо, яйца, соль, молоко, яблоки)	75	14,84
0,04	0	9,19	36,92	431	Чай с лимоном (чай, сахар-песок, лимон)	200/4	2,80
4,15	6,15	40,56	234,19		Итого	279	17,64

ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР
КАЛЬКУЛЯТОР
ЗАВ ПРОИЗВОДСТВОМ

А.М.ШАХОВА
С.А.БАТУРИНА

<http://комбинат-уу.рф>

Без ГМО и пищевых
добавок

МКП «Городской комбинат школьного питания»

М Е Н Ю школы № 7

На 24 ноября 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	Цена, руб.
Завтрак 7-11 лет							
3,43	2,44	11,48	81,55	868	Бутерброд с сыром (сыр Российский, хлеб пшен.)	10/20	10,45
3,77	4,35	20,76	137,26	53	Каша молочная «Улыбка» с маслом (хлопья «Геркулес», крупа рисовая, молока, вода, сахар, соль.)	100/10	17,56
12,09	8,99	25,80	232,39	183	Пудинг из творога со сгущенным молоком (творог, сахар-песок, яйцо, масло слив., сметана, крупа манная, соль йодир., молоко сгущ.)	70/20	38,25
1,36	1,41	2,14	26,69	1009	Чай с молоком (чай, молоко, вода)	200	6,28
0,54	0,54	13,23	59,94	-	Яблоко свежее	135	12,46
21,19	17,73	73,41	537,83		Итого	565	85,00
					Льготное питание		85,00
Завтрак 12 лет и старше							
4,45	5,14	24,53	162,21	53	Каша молочная «Улыбка» с маслом (хлопья «Геркулес», крупа рисовая, молока, вода, сахар, соль.)	120/10	19,35
16,11	11,98	34,39	309,85	183	Пудинг из творога со сгущенным молоком (творог, сахар-песок, яйцо, масло слив., сметана, крупа манная, соль йодир., молоко сгущ.)	90/30	51,17
1,36	1,41	2,14	26,69	1009	Чай с молоком (чай, молоко, вода)	200	6,28
1,88	0,25	12,75	60,75	-	Хлеб пшеничный йодированный	25	1,90
0,49	0,49	12,05	54,61	-	Яблоко свежее	123	11,30
24,29	19,27	85,86	614,11		Итого	603	90,00
					Льготное питание		90,00
Обед 7-11 лет							
0,77	0,14	2,66	14,98	982	Закуска порционированная (помидоры свежие)	70	15,38
4,37	8,02	13	141,62	17	Уха Рыбачья (картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное, масло сливочное, сайра)	20/200	30,88
7,85	9,58	11,04	161,75	193	Тефтели I вариант с соусом крас. основн (говядина, лук, хлеб, мука, соль, масло подсолн., вода) 80/30.	110	37,41
5,56	5,06	42,67	238,49	310	Гарнир Забава (крупа гречневая, крупа рисовая, масло слив., соль йод.)	180	13,88
0,57	0	19,55	80,48	611	Компот из смеси сухофруктов с витамином С (смесь сухофруктов, вода, сахар, лимонная кислота, аскорбиновая кислота)	200	4,25
1,95	0,26	13,26	63,18	-	Хлеб пшеничный йодированный	26	1,97
1,32	0,24	7,92	39,12	-	Хлеб ржаной	20	1,23
22,39	23,3	110,1	739,62		Итого	826	105,00
					Льготное питание		105,00
Обед 12 лет и старше							
1,10	0,20	3,80	21,40	982	Закуска порционированная (помидоры свежие)	100	21,97
5,46	10,02	16,25	177,02	17	Уха Рыбачья (картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное, масло сливочное, сайра)	25/250	38,61
8,56	10,45	12,04	176,45	193	Тефтели I вариант с соусом крас. основн (говядина, лук, хлеб, мука, соль, масло подсолн., вода, томатная паста) 80/40	120	37,93
5,56	5,06	42,67	238,49	310	Гарнир Забава (крупа гречневая, крупа рисовая, масло слив., соль йод.)	180	13,88
0,57	0	19,55	80,48	611	Компот из смеси сухофруктов с витамином С (смесь сухофруктов, вода, сахар, лимонная кислота, аскорбиновая кислота)	200	4,25
2,10	0,28	14,28	68,04	-	Хлеб пшеничный йодированный	28	2,13
1,32	0,24	7,92	39,12	-	Хлеб ржаной	20	1,23
24,67	26,25	116,51	801		Итого	923	120,00
					Льготное питание		120,00
Полдник							
10,42	5,14	30,2	208,74	322	Ватрушка с творогом (мука пш., творог, масло сл., сахар, яйцо, дрожжи, соль йод., масло раст.)	75	18,92
0	0	9,08	36,32	663	Чай с сахаром (чай, сахар-песок)	200	1,84
10,42	5,14	39,28	245,06		Итого	275	20,76

ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР

КАЛЬКУЛЯТОР

ЗАВ ПРОИЗВОДСТВОМ

Handwritten signature

А.М.ШАХОВА

С.А.БАТУРИНА

<http://комбинат-уу.рф>

Без ГМО и пищевых добавок

МКП «Городской комбинат школьного питания»

М Е Н Ю школы № 7

На 25 ноября 2022 г.

Меню разработано в соответствии СанПиН 2.3/2.4.3590-20 и МР 2.4.0179-20

«Согласовано»
Директор школы № 7



Б	Ж	У	ЭЦ ккал	№ ТТК	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб.
Завтрак 7- 11 лет							
15,83	8,38	9,01	174,73	1046	Биточки рыбные по-домашнему с маслом (филе минтая, крупа рисовая, лук, сухарь панировочный, яйцо, соль, масло сливочное.) 90/10	100	48,50
3,09	4,47	20,10	132,99	371	Пюре картофельное (картофель, молоко, масло слив., соль йод.)	150	11,44
0,21	0,07	13,13	53,99	667	Напиток из шиповника (шиповник, сахар, лимон, вода)	200	5,68
2,03	0,27	13,77	65,61	-	Хлеб пшеничный йодированный	27	2,05
1,40	0,40	22,80	100,40		Сок Фруктовый в потр. упаковке	1/200	17,33
22,56	13,59	78,81	527,72		Итого	677	85,00
Льготное питание							
Завтрак 12 лет и старше							
15,83	8,38	9,01	174,73	1046	Биточки рыбные по-домашнему с маслом (филе минтая, крупа рисовая, лук, сухарь панировочный, яйцо, соль, масло сливочное.) 90/10	100	48,50
4,33	6,26	28,14	186,19	371	Пюре картофельное (картофель, молоко, масло слив., соль йод.)	210	15,98
0,21	0,07	13,13	53,99	667	Напиток из шиповника (шиповник, сахар, лимон, вода)	200	5,68
2,48	0,33	16,83	80,19	-	Хлеб пшеничный йодированный	33	2,51
1,40	0,40	22,80	100,40		Сок Фруктовый в потр. упаковке	1/200	17,33
24,25	15,44	89,91	595,5		Итого	743	90,00
Льготное питание							
Обед 7-11 лет							
4,18	5,92	13,62	115,52	167/998	Рассольник Ленинградский с фаршем (говядина, крупа перловая, картофель, морковь, лук репч., томат паста, масло подсолн., огурцы солен., соль йод.)	20/200	25,82
11,70	12,47	3,59	173,43	550	Гуляш мясной (говядина, лук репч., томат паста, масло раст., мука, соль йод.) 50/50	100	52,86
3,93	4,40	21,86	142,70	843	Гарнир пшено отварное вязкое (крупа пшено, соль витаминизированная, масло сливочное, вода)	150	6,68
0,04	0	9,19	36,92	431	Чай с лимоном (чай, вода, сахар, лимон.)	200/4	2,80
2,25	0,30	15,30	72,90	-	Хлеб пшеничный йодированный	30	2,28
1,65	0,30	9,90	48,90		Хлеб ржаной	25	1,54
0,56	0,56	13,82	62,60		Яблоко свежее	141	13,02
24,31	23,95	80,76	652,97		Итого	870	105,00
Льготное питание							
Обед 12 лет и старше							
5,13	7,27	16,72	152,82	167/998	Рассольник Ленинградский с фаршем (говядина, крупа перловая, картофель, морковь, лук репч., томат паста, масло подсолн., огурцы солен., соль йод.)	20/250	27,19
14,04	14,97	4,31	208,12	550	Гуляш мясной (говядина, лук репч., томат паста, масло раст., мука, соль йод.) 60/60	120	63,44
4,72	5,27	26,23	171,23	843	Гарнир пшено отварное вязкое (крупа пшено, соль витаминизированная, масло сливочное, вода)	180	8,01
0,04	0	9,19	36,92	431	Чай с лимоном (чай, вода, сахар, лимон.)	200/4	2,80
2,63	0,35	17,85	85,05	-	Хлеб пшеничный йодированный	35	2,66
2,18	0,40	13,07	64,55	-	Хлеб ржаной	33	2,04
0,60	0,60	14,70	66,60		Яблоко свежее	150	13,86
29,34	28,86	102,07	785,29		Итого	992	120,00
Льготное питание							
Полдник							
9,20	8,58	28,19	226,78	60	Пирожки печеные с мясом и рисом (тесто слоб., фарш мясной с рисом, яйцо, масло раст.)	75	23,69
1,36	1,41	2,14	26,69	1009	Чай с молоком (чай, молоко, вода)	200	6,28
10,56	9,99	30,33	253,47		Итого	275	29,97

ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР

КАЛЬКУЛЯТОР

ЗАВ ПРОИЗВОДСТВОМ

Handwritten signature

А.М.ШАХОВА

С.А.БАТУРИНА

<http://комбинат-уу.рф>

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575830

Владелец Очинова Светлана Хандуевна

Действителен с 21.03.2022 по 21.03.2023