

Без ГМО и пищевых  
добавок

МКП «Городской комбинат школьного питания»

М Е Н Ю школы № 7

На 16 января 2023 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<br>ккал | № ТТК   | Наименование блюда                                                                                    | Выход, г   | Цена, руб.    |
|--------------------------------|-------|-------|------------|---------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|---------------|
| <b>Завтрак 7-11 лет</b>        |       |       |            |         |                                                                                                       |            |               |
| 1,64                           | 1,47  | 0,09  | 20,15      | 776a    | Яйцо перепелиное вареное                                                                              | 1 шт.      | 7,80          |
| 6,83                           | 7,64  | 29,24 | 213,05     | 898a    | Каша молочная овсяная Геркулес с маслом (крупа геркулесовая, молоко, сахар-песок., соль йод.)         | 170/10     | 16,96         |
| 6,63                           | 4,71  | 22,19 | 157,66     | 868     | Бутерброд с сыром (сыр, хлеб пшен.)                                                                   | 25/33      | 20,37         |
| 1,82                           | 1,67  | 13,22 | 75,19      | 986     | Какао-напиток (какао порошок, молоко, сахар)                                                          | 200        | 8,79          |
| 6                              | 6,4   | 9,4   | 120        | -       | Молоко питьевое в п/у                                                                                 | 1/200      | 31,08         |
| 22,92                          | 21,89 | 74,14 | 586,05     |         | <b>Итого</b>                                                                                          | <b>676</b> | <b>85,00</b>  |
|                                |       |       |            |         | <b>Льготное питание</b>                                                                               |            | <b>85,00</b>  |
| <b>Завтрак 12 лет и старше</b> |       |       |            |         |                                                                                                       |            |               |
| 1,64                           | 1,47  | 0,09  | 20,15      | 776a    | Яйцо перепелиное вареное                                                                              | 1 шт.      | 7,80          |
| 7,97                           | 8,91  | 34,11 | 248,56     | 898a    | Каша молочная овсяная Геркулес с маслом (крупа геркулесовая, молоко, сахар-песок., соль йод.)         | 200/10     | 18,74         |
| 7,65                           | 5,44  | 25,63 | 182,12     | 868     | Бутерброд с сыром (сыр, хлеб пшен.)                                                                   | 29/38      | 23,59         |
| 1,82                           | 1,67  | 13,22 | 75,19      | 986     | Какао-напиток (какао порошок, молоко, сахар)                                                          | 200        | 8,79          |
| 6                              | 6,4   | 9,4   | 120        | -       | Молоко питьевое в п/у                                                                                 | 1/200      | 31,08         |
| 25,08                          | 23,89 | 82,45 | 646,02     |         | <b>Итого</b>                                                                                          | <b>715</b> | <b>90,00</b>  |
|                                |       |       |            |         | <b>Льготное питание</b>                                                                               |            | <b>90,00</b>  |
| <b>Обед 7-11 лет</b>           |       |       |            |         |                                                                                                       |            |               |
| 3,64                           | 5,54  | 10,26 | 105,42     | 694/998 | Суп лапша-домашняя с фаршем (говядина, лапша Ролтон., лук репч., морковь, масло растит., соль йодир.) | 15/200     | 22,66         |
| 12,44                          | 7,03  | 7,22  | 141,94     | 651     | Фрикадельки рыбные с маслом (горбуша св., хлеб пшен., лук репч., яйца соль йод., масло сл.)           | 90         | 42,78         |
| 3,42                           | 14,09 | 31,13 | 264,95     | 629     | Рис с овощами без томата (крупа рисовая, морковь, лук репч., масло слив., соль йод.)                  | 150        | 14,79         |
| 1,36                           | 1,41  | 2,14  | 26,69      | 603     | Чай с молоком (чай, молоко)                                                                           | 200        | 5,33          |
| 2,25                           | 0,30  | 15,30 | 72,90      | -       | Хлеб пшеничный йодированный                                                                           | 30         | 2,32          |
| 1,32                           | 0,24  | 7,92  | 39,12      | -       | Хлеб ржаной                                                                                           | 20         | 1,29          |
| 1,14                           | 0,29  | 10,73 | 50,05      |         | Мандарин                                                                                              | 143        | 15,83         |
| 25,58                          | 28,89 | 84,69 | 701,07     |         | <b>Итого</b>                                                                                          | <b>848</b> | <b>105,00</b> |
|                                |       |       |            |         | <b>Льготное питание</b>                                                                               |            | <b>105,00</b> |
| <b>Обед 12 лет и старше</b>    |       |       |            |         |                                                                                                       |            |               |
| 4,57                           | 6,95  | 12,88 | 132,39     | 694/998 | Суп лапша-домашняя с фаршем (говядина, лапша Ролтон., лук репч., морковь, масло растит., соль йодир.) | 20/250     | 29,62         |
| 13,83                          | 7,81  | 8,03  | 157,71     | 651     | Фрикадельки рыбные с маслом (горбуша св., хлеб пшен., лук репч., яйца соль йод., масло сл.)           | 100        | 47,26         |
| 4,1                            | 16,9  | 37,35 | 317,93     | 629     | Рис с овощами без томата (крупа рисовая, морковь, лук репч., масло слив., соль йод.)                  | 180        | 17,75         |
| 1,36                           | 1,41  | 2,14  | 26,69      | 603     | Чай с молоком (чай, молоко)                                                                           | 200        | 5,33          |
| 1,88                           | 0,25  | 12,75 | 60,75      | -       | Хлеб пшеничный йодированный                                                                           | 25         | 1,94          |
| 1,65                           | 0,30  | 9,90  | 48,9       | -       | Хлеб ржаной                                                                                           | 25         | 1,62          |
| 1,19                           | 0,30  | 11,18 | 52,15      |         | Мандарин                                                                                              | 149        | 16,48         |
| 28,58                          | 33,93 | 94,22 | 796,53     |         | <b>Итого</b>                                                                                          | <b>949</b> | <b>120,00</b> |
|                                |       |       |            |         | <b>Льготное питание</b>                                                                               |            | <b>120,00</b> |
| <b>Полдник</b>                 |       |       |            |         |                                                                                                       |            |               |
| 5,12                           | 5,58  | 41,39 | 236,26     | 338     | Булочка Настёна (мука пшен., молоко, сахар-песок, яйца, дрожжи, масло сл., повидло, масло подс.)      | 75         | 13,53         |
| 5,34                           | 4,80  | 9,40  | 102,16     | 106     | Молоко питьевое                                                                                       | 200        | 18,90         |
| 10,46                          | 10,38 | 50,79 | 338,42     |         | <b>Итого</b>                                                                                          | <b>275</b> | <b>32,43</b>  |

ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР

КАЛЬКУЛЯТОР

ЗАВ ПРОИЗВОДСТВОМ

*Handwritten signature*

А.М.ШАХОВА

С.А.БАТУРИНА

<http://комбинат-уу.пф>

Без ГМО и пищевых  
добавок

МКП «Городской комбинат школьного питания»

М Е Н Ю школы № 7

На 16 января 2023 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<br>ккал | № ТТК   | Наименование блюда                                                                                                 | Выход, г | Цена, руб. |
|----------------------|-------|-------|------------|---------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|------------|
| <b>Дополнительно</b> |       |       |            |         |                                                                                                                    |          |            |
| 4,57                 | 6,95  | 12,88 | 132,39     | 694/998 | Суп лапша-домашняя с фаршем (говядина, лапша Ролтон., лук репч., морковь, масло растит. соль йодир.)               | 20/250   | 29,60      |
| 5,83                 | 3,85  | 25,11 | 158,38     | 898a    | Каша молочная овсяная Геркулес (крупа геркулесовая, молоко, сахар-песок, соль йод.)                                | 150      | 8,90       |
| 12,44                | 7,03  | 7,22  | 141,94     | 651     | Фрикадельки рыбные (горбуша св., хлеб пшен., лук репч., яйца соль йод., масло сл.)                                 | 80       | 35,90      |
| 16,75                | 17,52 | 2,87  | 236,26     | 208     | Люля-кебаб домашний (говядина, свинина, лук репч., хлеб пшен., соль йодир.)                                        | 70       | 61,70      |
| 11,7                 | 12,46 | 3,6   | 173,42     | 550     | Гуляш мясной (говядина, лук репч., томат паста, масло раст., мука, соль йод.)                                      | 50/50    | 54,00      |
| 3,09                 | 4,47  | 20,1  | 132,99     | 371     | Пюре картофельное (картофель, молоко, масло слив., соль йод.)                                                      | 150      | 10,50      |
| 3,42                 | 14,09 | 31,13 | 264,95     | 629     | Рис с овощами без томата (крупа рисовая, морковь, лук репч., масло слив., соль йод.)                               | 150      | 14,80      |
| 5,42                 | 4,07  | 31,8  | 185,45     | 307     | Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, масло сл.)                                                        | 150      | 7,60       |
| 0,04                 | 2,72  | 0,07  | 24,92      |         | Масло сливочное                                                                                                    | 5        | 3,50       |
| 9,3                  | 10,51 | 18,17 | 204,47     | 19      | Беляш по-школьному (мука пшен., дрожжи пресс., сахар-песок, соль йодир., говядина, лук репч., масло растит.)       | 80       | 26,60      |
| 8,46                 | 11,72 | 28,41 | 253,1      | 328     | Плюшка "Эстонская" с сыром (тесто сдобное дрожжевое, сыр, масло слив.)                                             | 75       | 22,10      |
| 5,04                 | 4,64  | 30,76 | 185        | 60      | Пирожки печеные с картофелем (мука, сахар-песок, масло сл, яйцо, картофель, лук репчат., масло раст., соль йодир.) | 75       | 7,60       |
| 6,79                 | 10,15 | 40,27 | 279,8      | 696     | Кокрок Малыш (мука пшен., масло слив., молоко, сахар, яйцо, соль йод, молоко сгущенное вареное)                    | 75       | 18,70      |
| 5,12                 | 5,58  | 41,39 | 236,26     | 338     | Булочка Настёна (мука пшен., молоко, сахар-песок, яйца, дрожжи, масло сл., повидло, масло подс.)                   | 75       | 13,50      |
| 3,5                  | 20,3  | 35    | 329        |         | Кекс Фараон БХП                                                                                                    | 70       | 36,30      |
| 7,0                  | 5,5   | 63    | 330        |         | Булочка Сдоба с повидлом БХП                                                                                       | 100      | 21,80      |
| 4,55                 | 8,4   | 47,6  | 280        |         | Коржик молочный БХП                                                                                                | 70       | 23,90      |
| 5,5                  | 9,0   | 60,0  | 340        |         | Ромовая Баба БХП                                                                                                   | 100      | 33,80      |
| 4,2                  | 14,7  | 42    | 315        |         | Булочка слоеная Улитка с маковой начинкой БХП                                                                      | 2/70     | 46,20      |
| 1,82                 | 1,67  | 13,22 | 75,19      | 986     | Какао-напиток (какао порошок, молоко, сахар)                                                                       | 200      | 8,80       |
| -                    | -     | -     | -          | -       | Чай пакетированный                                                                                                 | 200      | 8,10       |
| 0                    | 0     | 9,08  | 36,32      | 663     | Чай с сахаром (чай, сахар-песок)                                                                                   | 200      | 1,50       |
| 1,36                 | 1,41  | 2,14  | 26,69      | 603     | Чай с молоком (чай, молоко)                                                                                        | 200      | 5,30       |
| -                    | -     | -     | -          | -       | Вода негазированная                                                                                                | 0,5 л.   | 32,00      |
| 1,4                  | 0,40  | 22,8  | 100,4      | -       | Сок фруктовый в потребительской упаковке                                                                           | 1/200    | 18,90      |
| 2,25                 | 0,30  | 15,3  | 72,9       | -       | Хлеб пшеничный йодированный                                                                                        | 30       | 2,30       |

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 17 января 2023 г.

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



| Б                              | Ж     | У      | ЭЦ<br>ккал | № ТТК   | Наименование блюда                                                                                                                    | Выход, г   | Цена, руб.    |
|--------------------------------|-------|--------|------------|---------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|---------------|
| <b>Завтрак 7- 11 лет</b>       |       |        |            |         |                                                                                                                                       |            |               |
| 18,28                          | 4,74  | 14,09  | 172,16     | 973/370 | Биточки рубленые из курицы с соусом красным осн. (филе курицы, хлеб, сухари, соль йод, масло раст., томатная паста, вода, мука) 80/30 | 110        | 44,74         |
| 3,39                           | 4,11  | 20,67  | 133,23     | 676     | Гарнир каша гречневая вязкая (крупа гречневая, масло сливочное, соль йод)                                                             | 150        | 7,55          |
| 0                              | 0     | 19,40  | 77,60      | 1014    | Напиток с витаминами «Витошка» (смесь сухая «Витошка, вода.)                                                                          | 200        | 8,40          |
| 2,33                           | 0,31  | 15,81  | 75,33      | -       | Хлеб пшеничный йодированный                                                                                                           | 31         | 2,40          |
| 0,64                           | 0,48  | 16,38  | 72,35      |         | Груша свежая                                                                                                                          | 159        | 21,91         |
| 24,56                          | 9,63  | 86,04  | 530,67     |         | <b>Итого</b>                                                                                                                          | <b>650</b> | <b>85,00</b>  |
| <b>Льготное питание</b>        |       |        |            |         |                                                                                                                                       |            |               |
| <b>Завтрак 12 лет и старше</b> |       |        |            |         |                                                                                                                                       |            |               |
| 18,28                          | 4,74  | 14,09  | 172,16     | 973/370 | Биточки рубленые из курицы с соусом красным осн. (филе курицы, хлеб, сухари, соль йод, масло раст., томатная паста, вода, мука) 80/30 | 110        | 44,74         |
| 4,52                           | 5,48  | 27,56  | 177,64     | 676     | Гарнир каша гречневая вязкая (крупа гречневая, масло сливочное, соль йод)                                                             | 200        | 10,07         |
| 0                              | 0     | 19,40  | 77,60      | 1014    | Напиток с витаминами «Витошка» (смесь сухая «Витошка, вода.)                                                                          | 200        | 8,40          |
| 2,33                           | 0,31  | 15,81  | 75,33      | -       | Хлеб пшеничный йодированный                                                                                                           | 31         | 2,40          |
| 0,71                           | 0,53  | 18,23  | 80,54      |         | Груша свежая                                                                                                                          | 177        | 24,39         |
| 25,77                          | 11,06 | 94,79  | 581,75     |         | <b>Итого</b>                                                                                                                          | <b>719</b> | <b>90,00</b>  |
| <b>Льготное питание</b>        |       |        |            |         |                                                                                                                                       |            |               |
| <b>Обед 7-11 лет</b>           |       |        |            |         |                                                                                                                                       |            |               |
| 0,56                           | 0,07  | 1,75   | 9,87       | 982     | Закуска порционная (огурцы свежие)                                                                                                    | 70         | 11,99         |
| 6,01                           | 6,45  | 8,39   | 115,70     | 127/998 | Суп из овощей с фаршем (говядина, капуста, картофель, морковь, лук репчатый, горошек зелёный, масло растительное, сметана)            | 20/200     | 31,02         |
| 12,52                          | 20,51 | 11,16  | 279,31     | 246а    | Котлета домашняя с соусом красным (говядина, свинина, хлеб, лук реп., яйцо, сухари, соль йод., масло раст., соус) 90/30               | 120        | 40,85         |
| 4,34                           | 14,12 | 29,15  | 260,96     | 309     | Перловка с овощами (крупа перловая, морковь, лук репч., масло растит., томат паста, масло слив., соль йодир.)                         | 150        | 11,19         |
| 0,1                            | 0,43  | 21,06  | 88,51      | 435     | Компот из изюма с витамином С (изюм, сахар-песок, витамин С)                                                                          | 200        | 6,80          |
| 1,80                           | 0,24  | 12,24  | 58,32      | -       | Хлеб пшеничный йодированный                                                                                                           | 24         | 1,86          |
| 1,32                           | 0,24  | 7,92   | 39,12      | -       | Хлеб ржаной                                                                                                                           | 20         | 1,29          |
| 26,95                          | 42,1  | 93,71  | 851,79     |         | <b>Итого</b>                                                                                                                          | <b>804</b> | <b>105,00</b> |
| <b>Льготное питание</b>        |       |        |            |         |                                                                                                                                       |            |               |
| <b>Обед 12 лет и старше</b>    |       |        |            |         |                                                                                                                                       |            |               |
| 0,8                            | 0,1   | 2,5    | 14,10      | 982     | Закуска порционная (огурцы свежие)                                                                                                    | 100        | 17,14         |
| 7,52                           | 8,07  | 10,49  | 144,63     | 127/998 | Суп из овощей с фаршем (говядина, капуста, картофель, морковь, лук репчатый, горошек зелёный, масло растительное, сметана)            | 25/250     | 38,79         |
| 12,52                          | 20,51 | 11,16  | 279,31     | 246а    | Котлета домашняя с соусом красным (говядина, свинина, хлеб, лук реп., яйцо, сухари, соль йод., масло раст., соус) 90/30               | 120        | 40,85         |
| 5,20                           | 16,94 | 34,97  | 313,15     | 307     | Перловка с овощами (крупа перловая, морковь, лук репч., масло растит., томат паста, масло слив., соль йодир.)                         | 180        | 13,43         |
| 0,1                            | 0,43  | 21,06  | 88,51      | 435     | Компот из изюма с витамином С (изюм, сахар-песок, витамин С)                                                                          | 200        | 6,80          |
| 1,65                           | 0,22  | 11,22  | 53,46      | -       | Хлеб пшеничный йодированный                                                                                                           | 22         | 1,70          |
| 1,32                           | 0,24  | 7,92   | 39,12      | -       | Хлеб ржаной                                                                                                                           | 20         | 1,29          |
| 29,41                          | 46,55 | 101,36 | 942        |         | <b>Итого</b>                                                                                                                          | <b>917</b> | <b>120,00</b> |
| <b>Льготное питание</b>        |       |        |            |         |                                                                                                                                       |            |               |
| <b>Полдник</b>                 |       |        |            |         |                                                                                                                                       |            |               |
| 5,8                            | 17,5  | 41,74  | 347,66     | 385     | Рогалик сахарный (мука, масло сл., яйцо, сахар-песок, сода, соль йод.)                                                                | 75         | 23,03         |
| 1,36                           | 1,41  | 2,14   | 26,69      | 603     | Чай с молоком (чай, молоко)                                                                                                           | 200        | 5,33          |
| 7,16                           | 18,90 | 43,88  | 374,35     |         | <b>Итого</b>                                                                                                                          | <b>275</b> | <b>28,36</b>  |

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 17 января 2023 г.

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



| Б                    | Ж     | У     | ЭЦ<br>ккал | № ТТК   | Наименование блюда                                                                                                         | Выход, г | Цена, руб. |
|----------------------|-------|-------|------------|---------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|------------|
| <b>Дополнительно</b> |       |       |            |         |                                                                                                                            |          |            |
| 0,8                  | 0,1   | 2,5   | 14,10      | 982     | Закуска порционная (огурцы свежие)                                                                                         |          | 17,10      |
| 7,52                 | 8,07  | 10,49 | 144,63     | 127/998 | Суп из овощей с фаршем (говядина, капуста, картофель, морковь, лук репчатый, горошек зелёный, масло растительное, сметана) | 25/250   | 38,80      |
| 17,79                | 26,77 | 38,52 | 466,23     | 523     | Плов из говядины с овощами (говядина, рис, морковь, лук реп., масло раст., томат, соль йод.)                               | 50/150   | 66,00      |
| 17,67                | 9,55  | 3,24  | 169,6      | 580     | Рыба, запеченная в жарочном шкафу (горбуша, мука пш., лимон, соль, масло раст.)                                            | 75       | 58,60      |
| 18,28                | 4,74  | 14,09 | 172,16     | 973/370 | Биточки рубленые из курицы (филе курицы, хлеб, сухари, соль йод, масло раст., томатная паста, вода, мука)                  | 80       | 43,30      |
| 15,17                | 20,71 | 5,61  | 269,6      | 551     | Бефстроганов (говядина, лук репч., масло растит., мука пш., сметана, соль йодир.)                                          | 50/50    | 65,10      |
| 12,52                | 20,51 | 11,16 | 279,31     | 246а    | Котлета домашняя (говядина, свинина, хлеб, лук реп., яйцо, сухари, соль йод, масло раст.)                                  | 90       | 39,40      |
| 3,43                 | 5,31  | 26,88 | 169,05     | 313     | Картофель запеченный по-московски (картофель, масло раст., масло сл. соль йодир.)                                          | 150      | 10,40      |
| 3,39                 | 4,11  | 20,67 | 133,23     | 676     | Гарнир каша гречневая вязкая (крупа гречневая, масло сливочное, соль йод.)                                                 | 150      | 7,60       |
| 4,34                 | 14,12 | 29,15 | 260,96     | 309     | Перловка с овощами (крупа перловая, морковь, лук репч., масло растит., томат паста, масло слив., соль йодир.)              | 150      | 11,20      |
| 0,24                 | 1,11  | 1,78  | 18,18      | 370     | Соус красный основной (лук, морковь, мука, масло раст., масло слив., т. паста, соль йодир)                                 | 30       | 1,40       |
| 0,24                 | 1,13  | 0,36  | 12,57      | 1056    | Сметана для заправки супов (сметана)                                                                                       | 10       | 4,20       |
| 12,45                | 12,83 | 31,64 | 291,83     | 565     | Котлета, запеченная в тесте (говядина, хлеб, масло подс., мука, яйцо, дрожжи, сахар-песок, соль йод., масло сл.)           | 100      | 33,50      |
| 12,64                | 13,79 | 21,25 | 259,64     | 672     | Хачапури с сыром (мука, молоко, сахар-песок, масло сл., яйцо, дрожжи, сыр Российский, масло подс., соль йод.)              | 75       | 33,70      |
| 12,08                | 11,8  | 29,18 | 271,24     | 790     | Кулебяка с мясо-капустным фаршем (мука, сахар-песок, масло сл., яйцо, дрожжи, фарш мясо-капустный)                         | 100      | 33,10      |
| 5,58                 | 17,42 | 42    | 347,23     | 385     | Рогалик сахарный (мука, сл.масло, яйцо, сахар-песок, сода)                                                                 | 75       | 23,00      |
| 5,17                 | 7,99  | 39,41 | 250,23     | 325     | Булочка «Посыпная» (мука, дрожжи прес., соль йодир., сахар-песок, масло слив.)                                             | 75       | 11,00      |
| 4,95                 | 23,1  | 59,4  | 462        |         | Кекс Домашний (шарлотка) БХП                                                                                               | 110      | 47,90      |
| 14,4                 | 23,2  | 24    | 360        |         | Самса Слоеная с сыром БХП                                                                                                  | 80       | 52,10      |
| 4,2                  | 17,5  | 35    | 315        |         | Кекс Английский Маффин БХП                                                                                                 | 70       | 33,50      |
| 6                    | 13,6  | 53,6  | 352        |         | Булочка Ежик БХП                                                                                                           | 80       | 19,20      |
| 4,9                  | 14,7  | 46,2  | 343        |         | Булочка «Уплетайка» (с изюмом и корицей) БХП                                                                               | 70       | 20,50      |
| 0                    | 0     | 19,40 | 77,6       | 1014    | Напиток с витаминами «Витошка» (смесь сухая «Витошка, вода.)                                                               | 200      | 8,40       |
| 0,1                  | 0,43  | 21,06 | 88,51      | 435     | Компот из изюма с витамином С (изюм, сахар-песок, витамин С)                                                               | 200      | 6,80       |
| -                    | -     | -     | -          | -       | Чай пакетированный                                                                                                         | 200      | 8,10       |
| 0                    | 0     | 9,08  | 36,32      | 663     | Чай с сахаром (чай, сахар-песок)                                                                                           | 200      | 1,50       |
| 1,36                 | 1,41  | 2,14  | 26,69      | 603     | Чай с молоком (чай, молоко)                                                                                                | 200      | 5,30       |
| -                    | -     | -     | -          | -       | Вода негазированная                                                                                                        | 0,5 л.   | 32,00      |
| 1,4                  | 0,40  | 22,8  | 100,4      | -       | Сок фруктовый в потребительской упаковке                                                                                   | 1/200    | 18,90      |
| 2,25                 | 0,30  | 15,3  | 72,9       | -       | Хлеб пшеничный йодированный                                                                                                | 30       | 2,30       |

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 18 января 2023 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<br>ккал | № ТТК       | Наименование блюда                                                                                                                                    | Выход, г    | Цена, руб.    |
|--------------------------------|-------|--------|------------|-------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|---------------|
| <b>Завтрак 7- 11 лет</b>       |       |        |            |             |                                                                                                                                                       |             |               |
| 15,57                          | 13,37 | 10,92  | 226,32     | 251a        | Котлета Мечта с соусом белым (минтай, свинина, хлеб пш, молоко, лук репч., сухари панир.,<br>масло растит., соус) 90/20                               | 110         | 36,17         |
| 3,30                           | 4,77  | 21,44  | 141,86     | 371         | Пюре картофельное (картофель, молоко, масло слив., соль йод.)                                                                                         | 160         | 11,20         |
| 0,99                           | 0,06  | 18,36  | 77,94      | 669a        | Компот из кураги с вит С (курага, сахар, лимон.кислота, аскорб. кислота)                                                                              | 200         | 7,85          |
| 1,73                           | 0,23  | 11,73  | 55,89      | -           | Хлеб пшеничный йодированный                                                                                                                           | 23          | 1,78          |
| 5,79                           | 8,53  | 53,36  | 113,37     | 193         | Коржик Молочный ( конд цех)                                                                                                                           | 75          | 28,00         |
| 28,89                          | 29,06 | 125,7  | 615,38     |             | <b>Итого</b>                                                                                                                                          | <b>568</b>  | <b>85,00</b>  |
| <b>Льготное питание</b>        |       |        |            |             |                                                                                                                                                       |             | <b>85,00</b>  |
| <b>Завтрак 12 лет и старше</b> |       |        |            |             |                                                                                                                                                       |             |               |
| 15,57                          | 13,37 | 10,92  | 226,32     | 251a        | Котлета Мечта с соусом белым (минтай, свинина, хлеб пш, молоко, лук репч., сухари панир.,<br>масло растит., соус) 90/30                               | 120         | 36,17         |
| 4,74                           | 6,85  | 30,82  | 203,92     | 371         | Пюре картофельное(картофель,молоко 3,2%,масло слив,соль йод.)                                                                                         | 230         | 16,12         |
| 0,99                           | 0,06  | 18,36  | 77,94      | 669a        | Компот из кураги с вит С (курага, сахар, лимон.кислота, аскорб. кислота)                                                                              | 200         | 7,85          |
| 1,8                            | 0,24  | 12,24  | 58,32      | -           | Хлеб пшеничный йодированный                                                                                                                           | 24          | 1,86          |
| 5,79                           | 8,53  | 53,36  | 113,37     | 193         | Коржик Молочный ( конд цех)                                                                                                                           | 75          | 28,00         |
| 24,16                          | 15,34 | 86,52  | 580,75     |             | <b>Итого</b>                                                                                                                                          | <b>649</b>  | <b>90,00</b>  |
| <b>Льготное питание</b>        |       |        |            |             |                                                                                                                                                       |             | <b>90,00</b>  |
| <b>Обед 7-11 лет</b>           |       |        |            |             |                                                                                                                                                       |             |               |
| 4,09                           | 5,79  | 13,31  | 121,69     | 167/99<br>8 | Рассольник Ленинградский с фаршем (говядина, крупа перловая, картофель, морковь, лук<br>репч., томат паста, масло подсолн., огурцы солен., соль йод.) | 15/200      | 21,31         |
| 13,66                          | 15,98 | 5,23   | 219,41     | 675         | Мясо тушеное с морковью и луком (говядина, морковь, лук репч., масло подсол., томат.паста,<br>мука пшен., соль йодир.) 45/70                          | 115         | 49,94         |
| 5,78                           | 4,34  | 33,92  | 197,81     | 307         | Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, масло сл.)                                                                                           | 160         | 8,09          |
| 0,21                           | 0,07  | 13,13  | 53,99      | 667         | Напиток из шиповника (шиповник, сахар, лимон)                                                                                                         | 200         | 5,50          |
| 2,18                           | 0,29  | 14,79  | 70,47      | -           | Хлеб пшеничный йодированный                                                                                                                           | 29          | 2,25          |
| 1,32                           | 0,24  | 7,92   | 39,12      | -           | Хлеб ржаной                                                                                                                                           | 20          | 1,29          |
| 1,20                           | 0,30  | 11,25  | 52,50      |             | Мандарин                                                                                                                                              | 150         | 16,62         |
| 28,51                          | 27,02 | 100,06 | 754,99     |             | <b>Итого</b>                                                                                                                                          | <b>889</b>  | <b>105,00</b> |
| <b>Льготное питание</b>        |       |        |            |             |                                                                                                                                                       |             | <b>105,00</b> |
| <b>Обед 12 лет и старше</b>    |       |        |            |             |                                                                                                                                                       |             |               |
| 5,13                           | 7,27  | 16,72  | 152,83     | 167/99<br>8 | Рассольник Ленинградский с фаршем (говядина, крупа перловая, картофель, морковь, лук<br>репч., томат паста, масло подсолн., огурцы солен., соль йод.) | 20/250      | 27,94         |
| 14,26                          | 16,68 | 5,46   | 228,95     | 675         | Мясо тушеное с морковью и луком (говядина, морковь, лук репч., масло подсол., томат, мука<br>пшен., соль йодир.) 50/70                                | 120         | 55,12         |
| 7,22                           | 5,42  | 42,40  | 247,26     | 307         | Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, масло сливочное, соль йод.)                                                                          | 200         | 10,12         |
| 0,21                           | 0,07  | 13,13  | 53,99      | 667         | Напиток из шиповника (шиповник, сахар, лимон)                                                                                                         | 200         | 5,50          |
| 2,25                           | 0,30  | 15,30  | 72,90      | -           | Хлеб пшеничный йодированный                                                                                                                           | 30          | 2,32          |
| 1,52                           | 0,28  | 9,11   | 44,99      | -           | Хлеб ржаной                                                                                                                                           | 23          | 1,49          |
| 1,26                           | 0,32  | 11,85  | 55,30      |             | Мандарин                                                                                                                                              | 158         | 17,51         |
| 31,98                          | 30,36 | 114,76 | 860,13     |             | <b>Итого</b>                                                                                                                                          | <b>1001</b> | <b>120,00</b> |
| <b>Льготное питание</b>        |       |        |            |             |                                                                                                                                                       |             | <b>120,00</b> |
| <b>Полдник</b>                 |       |        |            |             |                                                                                                                                                       |             |               |
| 8,64                           | 11,8  | 28,19  | 253,52     | 328         | Плюшка "Эстонская" с сыром (тесто сдобное дрожжевое, сыр, масло слив.)                                                                                | 75          | 22,14         |
| 0,04                           | 0     | 9,19   | 36,92      | 663         | Чай с лимоном (чай, сахар,лимон)                                                                                                                      | 200/4       | 2,50          |
| 8,68                           | 11,8  | 37,38  | 290,44     |             | <b>Итого</b>                                                                                                                                          | <b>279</b>  | <b>24,64</b>  |

ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР

КАЛЬКУЛЯТОР

ЗАВ ПРОИЗВОДСТВОМ

*Шарова*  
*Батурина*

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 18 января 2023 г.

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



| Б                    | Ж                 | У                    | ЭЦ<br>ккал        | № ТТК       | Наименование блюда                                                                                                                                 | Выход, г | Цена, руб. |
|----------------------|-------------------|----------------------|-------------------|-------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|------------|
| <b>Дополнительно</b> |                   |                      |                   |             |                                                                                                                                                    |          |            |
| 5,13                 | 7,27              | 16,72                | 152,83            | 167/99<br>8 | Рассольник Ленинградский с фаршем (говядина, крупа перловая, картофель, морковь, лук репч., томат паста, масло подсолн., огурцы солен., соль йод.) | 20/250   | 27,90      |
| 16,18                | 16,79             | 17,30                | 285,03            | 520         | Азу (говядина, картофель, лук репч., томат паста, огурцы солен., мука пш., чеснок, соль йод.)                                                      | 50/150   | 61,30      |
| 20,6                 | 13,92             | 0,32                 | 208,92            | 250         | Рыбка «Янтарная» (горбуша, сыр, яйцо, сметана, масло раст., соль)                                                                                  | 75       | 70,20      |
| 15,57                | 13,37             | 10,92                | 226,32            | 251a        | Котлета Мечта (минтай, свинина, хлеб пш., молоко, лук репч., сухари панир., масло растит.)                                                         | 90       | 35,30      |
| 14,26                | 16,68             | 5,46                 | 228,95            | 675         | Мясо тушеное с морковью и луком (говядина, морковь, лук репч., масло подсол., томат, мука пш., соль йодир.)                                        | 50/70    | 55,10      |
| 7,04                 | 5,4               | 3,74                 | 128,41            | 222         | Ёжики мясные (говядина, крупа рисовая, лук репч., соль йод.)                                                                                       | 70       | 35,70      |
| 3,09                 | 4,47              | 20,10                | 132,99            | 371         | Пюре картофельное (картофель, молоко, масло слив., соль йод.)                                                                                      | 150      | 10,50      |
| 5,42                 | 4,07              | 31,8                 | 185,45            | 307         | Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, масло сл.)                                                                                        | 150      | 7,60       |
| 4,72                 | 5,27              | 26,23                | 171,23            | 843         | Гарнир пшено отварное вязкое (крупа пшеничная, масло сливочное, соль йод.)                                                                         | 150      | 5,60       |
| 0,24                 | 1,11              | 1,78                 | 18,18             | 370         | Соус белый основной (лук, мука, масло раст., масло слив., соль йодир.)                                                                             | 30       | 0,90       |
| 0,24                 | 1,13              | 0,36                 | 12,57             | 1056        | Сметана для заправки супов (сметана)                                                                                                               | 10       | 4,20       |
| 9,3                  | 10,51             | 18,17                | 204,47            | 19          | Беляш из индейки (мука пш., дрожжи пресс., сахар-песок, соль йодир., филе индейки, лук репч., масло растит.)                                       | 80       | 23,40      |
| 8,46                 | 11,72             | 28,41                | 253,1             | 328         | Плюшка "Эстонская" с сыром (тесто слоеное дрожжевое, сыр, масло слив.)                                                                             | 75       | 22,10      |
| 10,37                | 10,28             | 30,29                | 255,16            | 94          | Пицца с мясо-капустным фаршем (мука, сахар-песок, масло подсол., яйцо, дрожжи, сыр Российский, сметана, томат паста, фарш мясо-капустный)          | 80       | 26,10      |
| 5,75                 | 5,44              | 42,75                | 229               | 346         | Булочка «Изюминка» (мука пш., сахар-песок, масло слив., яйцо, соль, дрожжи прес., изюм)                                                            | 75       | 11,10      |
| 6,63                 | 4,82              | 38,61                | 224,34            | 364         | Крендель сметанный (мука пш., сметана, сахар, яйцо, сода, соль йод., масло подсол.)                                                                | 75       | 15,10      |
| 2,4<br>2,75<br>2,75  | 7,7<br>9,9<br>9,9 | 25,3<br>31,3<br>27,5 | 187<br>209<br>209 | -           | Батончик слоеный с начинкой БХП<br>(клубника)<br>(ананас)<br>(груша)                                                                               | 55       | 15,80      |
| 4,2                  | 14,7              | 25,9                 | 294               | -           | Кекс «Волжский» БХП                                                                                                                                | 70       | 29,20      |
| 6,3                  | 7,7               | 36,75                | 245               | -           | Калачик сметанный БХП                                                                                                                              | 70       | 28,60      |
| 3,37                 | 13,5              | 52,5                 | 352,5             | -           | Пирожное песочное, глазированное помадой БХП                                                                                                       | 75       | 30,30      |
| 5,25                 | 3,5               | 42                   | 224               | -           | Булочка «Батончик Детский с изюмом» БХП                                                                                                            | 70       | 15,80      |
| 0,99                 | 0,06              | 18,36                | 77,94             | 669a        | Компот из кураги с вит С (курага, сахар, лимон. кислота, аскорб. кислота)                                                                          | 200      | 7,90       |
| 0,21                 | 0,07              | 13,13                | 53,99             | 667         | Напиток из шиповника (шиповник, сахар, лимон)                                                                                                      | 200      | 5,50       |
| -                    | -                 | -                    | -                 | -           | Чай пакетированный                                                                                                                                 | 200      | 8,10       |
| 0                    | 0                 | 9,08                 | 36,32             | 663         | Чай с сахаром (чай, сахар-песок)                                                                                                                   | 200      | 1,50       |
| 1,36                 | 1,41              | 2,14                 | 26,69             | 603         | Чай с молоком (чай, молоко)                                                                                                                        | 200      | 5,30       |
| -                    | -                 | -                    | -                 | -           | Вода негазированная                                                                                                                                | 0,5 л.   | 32,00      |
| 1,4                  | 0,40              | 22,8                 | 100,4             | -           | Сок фруктовый в потребительской упаковке                                                                                                           | 1/200    | 18,90      |
| 2,25                 | 0,30              | 15,3                 | 72,9              | -           | Хлеб пшеничный йодированный                                                                                                                        | 30       | 2,30       |

ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР

КАЛЬКУЛЯТОР

ЗАВ ПРОИЗВОДСТВОМ

*Шарова*  
*Батурина*

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 19 января 2023 г.

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



| Б                              | Ж     | У      | ЭЦ<br>к/кал | № ТТК    | Наименование блюда                                                                                                                   | Выход, г   | Цена, руб.    |
|--------------------------------|-------|--------|-------------|----------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|---------------|
| <b>Завтрак 7-11 лет</b>        |       |        |             |          |                                                                                                                                      |            |               |
| 6,77                           | 17,38 | 31,08  | 307,85      | 172      | Каша молочная «Янтарная» с маслом (крупа пшено, молоко, сахар, яблоко, соль йод., масло сл.)                                         | 170/10     | 31,15         |
| 1,37                           | 2,98  | 0,88   | 35,82       | -        | Сыр в индивидуальной упаковке                                                                                                        | 1 шт       | 13,04         |
| 1,51                           | 1,13  | 12,61  | 66,65       | 1066     | Кофейный напиток злаковый (кофейный напиток, молоко, сахар)                                                                          | 200        | 7,04          |
| 2,03                           | 0,27  | 13,77  | 65,61       | -        | Хлеб пшеничный йодированный                                                                                                          | 27         | 2,09          |
| 0,6                            | 0,2   | 19     | 80,2        |          | Десерт фруктовый                                                                                                                     | 1/100      | 31,68         |
| 12,28                          | 21,96 | 77,34  | 556,13      |          | <b>Итого</b>                                                                                                                         | <b>524</b> | <b>85,00</b>  |
| <b>Льготное питание</b>        |       |        |             |          |                                                                                                                                      |            | <b>85,00</b>  |
| <b>Завтрак 12 лет и старше</b> |       |        |             |          |                                                                                                                                      |            |               |
| 7,9                            | 20,28 | 36,26  | 359,16      | 172      | Каша молочная «Янтарная» с маслом (крупа пшено, молоко, сахар, яблоко, соль йод., масло сл.)                                         | 200/10     | 35,45         |
| 1,37                           | 2,98  | 0,88   | 35,82       | -        | Сыр в индивидуальной упаковке                                                                                                        | 1 шт       | 13,04         |
| 1,51                           | 1,13  | 12,61  | 66,65       | 1066     | Кофейный напиток злаковый (кофейный напиток, молоко, сахар)                                                                          | 200        | 7,04          |
| 2,70                           | 0,36  | 18,86  | 87,48       | -        | Хлеб пшеничный йодированный                                                                                                          | 36         | 2,79          |
| 0,6                            | 0,2   | 19     | 80,2        |          | Десерт фруктовый                                                                                                                     | 1/100      | 31,68         |
| 14,08                          | 24,96 | 87,11  | 629,31      |          | <b>Итого</b>                                                                                                                         | <b>563</b> | <b>90,00</b>  |
| <b>Льготное питание</b>        |       |        |             |          |                                                                                                                                      |            | <b>90,00</b>  |
| <b>Обед 7-11 лет</b>           |       |        |             |          |                                                                                                                                      |            |               |
| 0,77                           | 0,14  | 2,66   | 14,98       | 982      | Закуска порционная (помидоры свежие)                                                                                                 | 70         | 13,11         |
| 4,06                           | 5,90  | 11,06  | 113,58      | 165/998  | Борщ с капустой, картофелем и фаршем (говядина, картофель, капуста, морковь, лук репч., свекла, томат паста, масло раст., соль йод.) | 25/200     | 31,23         |
| 11,60                          | 17,92 | 13,92  | 263,34      | 1042/370 | Зразы ленивые мясные с соусом красным (говядина, хлеб, молоко, лук репч., яйцо, сухарь панир., соль йод, масло раст., соус) 90/30    | 120        | 42,52         |
| 6,20                           | 4,74  | 37,98  | 219,36      | 632      | Гарнир каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, масло сливочное, соль йод.)                                                      | 150        | 10,65         |
| 0,57                           | 0     | 19,55  | 80,48       | 611a     | Компот из сухофруктов с вит С (смесь сухофруктов, сахар, лимон. кислота, аскорб. кислота)                                            | 200        | 3,95          |
| 2,18                           | 0,29  | 14,79  | 70,47       | -        | Хлеб пшеничный йодированный                                                                                                          | 29         | 2,25          |
| 1,32                           | 0,24  | 7,92   | 39,12       | -        | Хлеб ржаной                                                                                                                          | 20         | 1,29          |
| 26,69                          | 29,23 | 107,88 | 801,34      |          | <b>Итого</b>                                                                                                                         | <b>814</b> | <b>105,00</b> |
| <b>Льготное питание</b>        |       |        |             |          |                                                                                                                                      |            | <b>105,00</b> |
| <b>Обед 12 лет и старше</b>    |       |        |             |          |                                                                                                                                      |            |               |
| 1,1                            | 0,20  | 3,80   | 21,40       | 982      | Закуска порционная (помидоры свежие)                                                                                                 | 100        | 18,73         |
| 5,05                           | 7,34  | 13,76  | 141,36      | 165/998  | Борщ с капустой, картофелем и фаршем (говядина, картофель, капуста, морковь, лук репч., свекла, томат паста, масло раст., соль йод.) | 30/250     | 37,76         |
| 11,60                          | 17,92 | 13,92  | 263,34      | 1042/370 | Зразы ленивые мясные с соусом красным (говядина, хлеб, молоко, лук репч., яйцо, сухарь панир., соль йод, масло раст., соус) 90/30    | 120        | 42,52         |
| 7,43                           | 5,69  | 45,58  | 263,23      | 632      | Гарнир каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, масло сливочное, соль йод.)                                                      | 180        | 12,78         |
| 0,57                           | 0     | 19,55  | 80,48       | 611a     | Компот из сухофруктов с вит С (смесь сухофруктов, сахар, лимон. кислота, аскорб. кислота)                                            | 200        | 3,95          |
| 2,25                           | 0,30  | 15,30  | 72,90       | -        | Хлеб пшеничный йодированный                                                                                                          | 30         | 2,32          |
| 1,98                           | 0,36  | 11,88  | 58,68       | -        | Хлеб ржаной                                                                                                                          | 30         | 1,94          |
| 30,28                          | 31,85 | 125,83 | 911,11      |          | <b>Итого</b>                                                                                                                         | <b>910</b> | <b>120,00</b> |
| <b>Льготное питание</b>        |       |        |             |          |                                                                                                                                      |            | <b>120,00</b> |
| <b>Полдник</b>                 |       |        |             |          |                                                                                                                                      |            |               |
| 6,34                           | 6,10  | 44,18  | 256,98      | 324      | Булочка «Неженка» (мука, сахар-песок, дрожжи, яйцо, масло сл., молоко сгущ.)                                                         | 75         | 12,49         |
| 0                              | 0     | 9,08   | 36,32       | 663      | Чай с сахаром (чай, сахар-песок)                                                                                                     | 200        | 1,53          |
| 6,34                           | 6,1   | 53,26  | 293,3       |          | <b>Итого</b>                                                                                                                         | <b>275</b> | <b>14,02</b>  |

ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР

КАЛЬКУЛЯТОР

ЗАВ ПРОИЗВОДСТВОМ

*Машкова*

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 19 января 2023 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<br>к/кал | № ТТК   | Наименование блюда                                                                                                                    | Выход, г | Цена, руб. |
|----------------------|-------|-------|-------------|---------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|------------|
| <b>Дополнительно</b> |       |       |             |         |                                                                                                                                       |          |            |
| 1,1                  | 0,20  | 3,80  | 21,40       | 982     | Закуска порционная (помидоры свежие)                                                                                                  | 100      | 18,70      |
| 5,05                 | 7,34  | 13,76 | 141,36      | 165/998 | Борщ с капустой, картофелем и фаршем (говядина, картофель, капуста, морковь, лук репч., свекла, томат паста, масло раст., соль йод.)  | 30/250   | 37,80      |
| 5,86                 | 11,13 | 27,09 | 231,97      | 172     | Каша молочная «Янтарная» (крупа пшено, молоко, сахар, яблоко, соль йод., масло сл.)                                                   | 150      | 21,40      |
| 16,76                | 19,28 | 9,23  | 277,48      | 575     | Капуста тушеная с мясом (говядина, капуста св., морковь, лук репч., томат, масло раст, мука пшен., сахар, соль йод)                   | 50/100   | 60,00      |
| 14,06                | 33,54 | 14,96 | 417,9       | 255     | Рыба в тесте (горбуша, мука пш., молоко, яйцо, лимон, соль, масло раст.)                                                              | 100      | 44,80      |
| 10,39                | 27,87 | 2,18  | 301,16      | 599     | Поджарка из свинины (свинина, лук репчатый, томат паста, масло подсолнечное, соль йодированная)                                       | 70/20    | 47,10      |
| 11,60                | 17,92 | 13,92 | 263,34      | 1042    | Зразы ленивые мясные (говядина, хлеб, молоко, лук репч., яйцо, сухарь панир., соль йод, масло раст.)                                  | 90       | 41,10      |
| 2,87                 | 3,89  | 22,31 | 135,65      | 604     | Картофель отварной (картофель, масло слив., соль йод.)                                                                                | 150      | 9,00       |
| 3,84                 | 5,1   | 38,87 | 216,78      | 552     | Рис отварной (крупа рисовая, масло слив., соль йод.)                                                                                  | 150      | 10,50      |
| 6,20                 | 4,74  | 37,98 | 219,36      | 632     | Гарнир каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, масло сливочное, соль йод.)                                                       | 150      | 10,70      |
| 0,24                 | 1,13  | 0,36  | 12,57       | 1056    | Сметана для заправки супов (сметана)                                                                                                  | 10       | 4,20       |
| 0,24                 | 1,11  | 1,78  | 18,18       | 370     | Соус красный основной (лук, морковь, мука, масло раст., масло слив., т. паста, сольйодир)                                             | 30       | 1,40       |
| 0,04                 | 2,72  | 0,07  | 24,92       |         | Масло сливочное                                                                                                                       | 5        | 3,50       |
| 9,91                 | 18,35 | 18,06 | 277,03      | 18      | Самса «Детская» (тесто слоеное, говядина, лук репч., масло подсол., мука, яйцо, соль йод.)                                            | 75       | 42,60      |
| 10,35                | 8,98  | 27,67 | 234         | 60      | Пирожки печеные с мясом, луком (тесто слоб., фарш мясной с луком, яйцо, масло раст.)                                                  | 75       | 27,20      |
| 10,63                | 6,07  | 29,11 | 213,59      | 653     | Расстегай с рыбным фаршем с луком (горбуша, мука пшен., дрожжи пресс., сахар-песок, масло сл., соль йодир., лук репч., масло растит.) | 75       | 25,30      |
| 4,91                 | 3,81  | 45,07 | 234,21      | 322     | Ватрушка с повидлом (мука, сахар, яйцо, дрожжи, масло сл., повидло)                                                                   | 75       | 15,00      |
| 6,34                 | 6,10  | 44,18 | 256,98      | 324     | Булочка «Неженка» (мука, сахар-песок, дрожжи, яйцо, масло сл., молоко сгущ.)                                                          | 75       | 12,50      |
| 3,5                  | 20,3  | 35    | 329         | -       | Кекс Фараон БХП                                                                                                                       | 70       | 36,30      |
| 4,2                  | 10,8  | 32,1  | 240         | -       | Вафли Сдобные с молоком вареным сгущенным БХП                                                                                         | 300      | 169,30     |
| 7,6                  | 10,4  | 39,2  | 280         | -       | Булочка Рулетик с маком БХП                                                                                                           | 80       | 25,80      |
| 4,55                 | 8,4   | 47,6  | 280         | -       | Коржик молочный БХП                                                                                                                   | 70       | 23,90      |
| 4,8                  | 8,8   | 43,2  | 272         | -       | Сочень с печеными яблоками БХП                                                                                                        | 80       | 40,00      |
| 1,51                 | 1,13  | 12,61 | 66,65       | 1066    | Кофейный напиток злаковый (кофейный напиток, молоко, сахар)                                                                           | 200      | 7,00       |
| 0,57                 | 0     | 19,55 | 80,48       | 611a    | Компот из сухофруктов с вит С (смесь сухофруктов, сахар, лимон.кислота, аскорб. кислота)                                              | 200      | 4,00       |
| -                    | -     | -     | -           | -       | Чай пакетированный                                                                                                                    | 200      | 8,10       |
| 0                    | 0     | 9,08  | 36,32       | 663     | Чай с сахаром (чай, сахар-песок)                                                                                                      | 200      | 1,50       |
| 1,36                 | 1,41  | 2,14  | 26,69       | 603     | Чай с молоком (чай, молоко)                                                                                                           | 200      | 5,30       |
| -                    | -     | -     | -           | -       | Вода негазированная                                                                                                                   | 0,5 л.   | 32,00      |
| 1,4                  | 0,40  | 22,8  | 100,4       | -       | Сок фруктовый в потребительской упаковке                                                                                              | 1/200    | 18,90      |
| 2,25                 | 0,30  | 15,3  | 72,9        | -       | Хлеб пшеничный йодированный                                                                                                           | 30       | 2,30       |

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 20 января 2023 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<br>ккал | № ТТК    | Наименование блюда                                                                                                                             | Выход, г    | Цена, руб.    |
|--------------------------------|-------|--------|------------|----------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|---------------|
| <b>Завтрак 7-11 лет</b>        |       |        |            |          |                                                                                                                                                |             |               |
| 13,61                          | 13,28 | 13,10  | 226,36     | 225a/370 | Котлета Незнайка с соусом красным осн. (говядина, молоко, хлеб пш. йодир., лук репч., яйцо, сухари панир., масло подс. соль йодир.) 80/20      | 100         | 45,47         |
| 4,28                           | 3,83  | 29,57  | 169,79     | 585      | Перловка отварная (крупа перловая, масло слив., соль йодир.)                                                                                   | 150         | 5,62          |
| 0                              | 0     | 9,08   | 36,32      | 663      | Чай с сахаром (чай, сахар)                                                                                                                     | 200         | 1,53          |
| 1,43                           | 0,19  | 9,69   | 46,17      | -        | Хлеб пшеничный йодированный                                                                                                                    | 19          | 1,47          |
| 1,94                           | 0,65  | 27,09  | 121,91     | -        | Банан                                                                                                                                          | 215         | 30,91         |
| 21,19                          | 17,94 | 88,27  | 599,25     |          | <b>Итого</b>                                                                                                                                   | <b>685</b>  | <b>85,00</b>  |
| <b>Льготное питание</b>        |       |        |            |          |                                                                                                                                                |             | <b>85,00</b>  |
| <b>Завтрак 12 лет и старше</b> |       |        |            |          |                                                                                                                                                |             |               |
| 14,97                          | 14,61 | 14,41  | 249        | 225a/370 | Котлета Незнайка с соусом красным осн. (говядина, молоко, хлеб пш. йодир., лук репч., яйцо, сухари панир., масло подс. соль йодир.) 80/30      | 110         | 45,93         |
| 5,13                           | 4,59  | 35,48  | 203,74     | 585      | Перловка отварная (крупа перловая, масло слив., соль йодир.)                                                                                   | 180         | 6,75          |
| 0                              | 0     | 9,08   | 36,32      | 663      | Чай с сахаром (чай, сахар)                                                                                                                     | 200         | 1,53          |
| 1,50                           | 0,20  | 10,20  | 48,6       | -        | Хлеб пшеничный йодированный                                                                                                                    | 20          | 1,55          |
| 2,14                           | 0,71  | 29,99  | 134,95     | -        | Банан                                                                                                                                          | 238         | 34,24         |
| 23,83                          | 20,13 | 99,79  | 675,6      |          | <b>Итого</b>                                                                                                                                   | <b>748</b>  | <b>90,00</b>  |
| <b>Льготное питание</b>        |       |        |            |          |                                                                                                                                                |             | <b>90,00</b>  |
| <b>Обед 7-11 лет</b>           |       |        |            |          |                                                                                                                                                |             |               |
| 7,06                           | 8,31  | 14,20  | 159,82     | 157/1067 | Суп картофельный с бобовыми и с фрикадельками (фрикадельки мясные для супов, картофель, горох, морковь, лук репч., соль йодир., масло растит.) | 10/200      | 11,08         |
| 24,13                          | 8,66  | 24,93  | 274,17     | 1006     | Жаркое из индейки (филе индейки, картофель, лук репч., масло растит., томат, соль йодир.)                                                      | 65/195      | 65,76         |
| 0                              | 0     | 21,39  | 85,56      | 902      | Кисель детский «Витошка» (вода, кисель, Витошка.)                                                                                              | 200         | 10,12         |
| 1,5                            | 0,20  | 10,20  | 48,60      | -        | Хлеб пшеничный йодированный                                                                                                                    | 20          | 1,55          |
| 1,32                           | 0,24  | 7,92   | 39,12      | -        | Хлеб ржаной                                                                                                                                    | 20          | 1,29          |
| 0,61                           | 0,61  | 14,99  | 67,93      | -        | Яблоко                                                                                                                                         | 153         | 15,20         |
| 34,62                          | 18,02 | 93,64  | 675,20     |          | <b>Итого</b>                                                                                                                                   | <b>843</b>  | <b>105,00</b> |
| <b>Льготное питание</b>        |       |        |            |          |                                                                                                                                                |             | <b>105,00</b> |
| <b>Обед 12 лет и старше</b>    |       |        |            |          |                                                                                                                                                |             |               |
| 8,74                           | 10,28 | 17,58  | 197,87     | 157/1067 | Суп картофельный с бобовыми и с фрикадельками (фрикадельки мясные для супов, картофель, горох, морковь, лук репч., соль йодир., масло растит.) | 10/250      | 12,19         |
| 28,30                          | 10,16 | 29,25  | 321,62     | 1006     | Жаркое из индейки (филе индейки, картофель, лук репч., масло растит., томат, соль йодир.)                                                      | 75/230      | 76,09         |
| 0                              | 0     | 21,39  | 85,56      | 902      | Кисель детский «Витошка» (вода, кисель, Витошка.)                                                                                              | 200         | 10,12         |
| 2,33                           | 0,31  | 15,81  | 75,33      | -        | Хлеб пшеничный йодированный                                                                                                                    | 31          | 2,40          |
| 1,98                           | 0,36  | 11,88  | 58,68      | -        | Хлеб ржаной                                                                                                                                    | 30          | 1,94          |
| 0,70                           | 0,70  | 17,05  | 77,26      | -        | Яблоко                                                                                                                                         | 174         | 17,26         |
| 42,05                          | 21,81 | 112,97 | 816,32     |          | <b>Итого</b>                                                                                                                                   | <b>1000</b> | <b>120,00</b> |
| <b>Льготное питание</b>        |       |        |            |          |                                                                                                                                                |             | <b>120,00</b> |
| <b>Полдник</b>                 |       |        |            |          |                                                                                                                                                |             |               |
| 5,53                           | 7,74  | 48,98  | 287,7      | 414      | Коржик Загорский (мука пшен., масло слив., яйцо, молоко, соль йодир., ванилин, масло подс.)                                                    | 75          | 12,88         |
| 1,36                           | 1,41  | 2,14   | 26,69      | 603      | Чай с молоком (чай, молоко)                                                                                                                    | 200         | 5,33          |
| 6,89                           | 9,15  | 51,12  | 314,39     |          | <b>Итого</b>                                                                                                                                   | <b>275</b>  | <b>18,21</b>  |

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 № 4

На 20 января 2023 г.

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



| Б                    | Ж     | У     | ЭЦ<br>ккал | № ТТК    | Наименование блюда                                                                                                                             | Выход, г | Цена, руб. |
|----------------------|-------|-------|------------|----------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|------------|
| <b>Дополнительно</b> |       |       |            |          |                                                                                                                                                |          |            |
| 8,74                 | 10,28 | 17,58 | 197,87     | 157/1067 | Суп картофельный с бобовыми и с фрикадельками (фрикадельки мясные для супов, картофель, горох, морковь, лук репч., соль йодир., масло растит.) | 10/250   | 12,20      |
| 18,56                | 6,66  | 19,18 | 210,9      | 1006     | Жаркое из индейки (филе индейки, картофель, лук репч., масло растит., томат, соль йодир.)                                                      | 50/150   | 50,30      |
| 13,97                | 9,18  | 2,09  | 146,82     | 274      | Рыба, припущенная в молоке (горбуша, молоко, лук репч., масло подсол., соль йод.)                                                              | 75       | 47,60      |
| 13,44                | 12,53 | 11,92 | 214,21     | 225a     | Котлета Незнайка. (говядина, молоко, хлеб пш. йодир., лук репч., яйцо, сухари панир., масло подсол. соль йодир.)                               | 80       | 44,50      |
| 14,09                | 14,04 | 1,3   | 187,92     | 1036     | Мясо тушеное (говядина, лук репч., томат паста, масло раст., соль йод.)                                                                        | 50/50    | 53,50      |
| 3,43                 | 5,31  | 26,88 | 169,05     | 313      | Картофель запеченный по-московски (картофель, масло раст., масло сл. соль йодир.)                                                              | 150      | 10,40      |
| 4,72                 | 5,27  | 26,23 | 171,23     | 843      | Гарнир пшено отварное вязкое (крупа пшеница, масло сливочное, соль йод.)                                                                       | 150      | 5,60       |
| 4,28                 | 3,83  | 29,57 | 169,79     | 585      | Перловка отварная (крупа перловая, масло слив., соль йодир.)                                                                                   | 150      | 5,60       |
| 0,24                 | 1,11  | 1,78  | 18,18      | 370      | Соус красный основной (лук, морковь, мука, масло раст., масло слив., т. паста, соль йодир.)                                                    | 30       | 1,40       |
| 14                   | 14,2  | 31,99 | 311,76     | 596      | Гамбургер (мука, сахар-песок, масло сл., яйцо, дрожжи, говядина, помидоры св., сыр Российский, томат.паста, кунжут, соль йод.)                 | 100      | 42,00      |
| 8,9                  | 6,21  | 28,25 | 204,51     | 68       | Хачапури «Школьник» (мука, сахар-песок, масло подсол., яйцо, дрожжи, сыр Российский, картофель, соль йод.)                                     | 75       | 17,70      |
| 12,68                | 8,88  | 24,39 | 228,2      | 92       | Пицца с индейкой (мука, сахар-песок, масло подсол., яйцо, дрожжи, сыр Российский, сметана, томат.паста, купуста, лук репч., филе индейки.)     | 80       | 33,10      |
| 5,38                 | 14,62 | 33,41 | 286,74     | 40       | Слойка со сгущенным молоком (тесто слоеное, молоко сгущ., мука пш., масло раст, яйцо)                                                          | 75       | 27,30      |
| 5,5                  | 7,7   | 49    | 288        | 414      | Коржик Загорский (мука пшен., масло слив., яйцо, молоко, соль йод.)                                                                            | 75       | 12,90      |
| 5,5                  | 9,0   | 60,0  | 340        |          | Ромовая Баба БХП                                                                                                                               | 100      | 33,80      |
| 14,4                 | 23,2  | 24    | 360        |          | Самса Слоеная с сыром БХП                                                                                                                      | 80       | 52,10      |
| 6,8                  | 8     | 50,4  | 296        |          | Булочка Плюшка Московская БХП                                                                                                                  | 80       | 20,40      |
| 4,95                 | 23,1  | 59,4  | 462        |          | Кекс Домашний (шарлотка) БХП                                                                                                                   | 110      | 47,90      |
| 6                    | 13,6  | 53,6  | 352        |          | Булочка Ежик БХП                                                                                                                               | 80       | 19,20      |
| 0                    | 0     | 21,39 | 85,56      | 902      | Кисель детский «Витошка» (вода, кисель, Витошка)                                                                                               | 200      | 10,10      |
| -                    | -     | -     | -          | -        | Чай пакетированный                                                                                                                             | 200      | 8,10       |
| 0                    | 0     | 9,08  | 36,32      | 663      | Чай с сахаром (чай, сахар-песок)                                                                                                               | 200      | 1,50       |
| 1,36                 | 1,41  | 2,14  | 26,69      | 603      | Чай с молоком (чай, молоко)                                                                                                                    | 200      | 5,30       |
| -                    | -     | -     | -          | -        | Вода негазированная                                                                                                                            | 0,5 л.   | 32,00      |
| 1,4                  | 0,40  | 22,8  | 100,4      | -        | Сок фруктовый в потребительской упаковке                                                                                                       | 1/200    | 18,90      |
| 2,25                 | 0,30  | 15,3  | 72,9       | -        | Хлеб пшеничный йодированный                                                                                                                    | 30       | 2,30       |

ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР

КАЛЬКУЛЯТОР

ЗАВ ПРОИЗВОДСТВОМ

А.М.ШАХОВА

С.А.БАТУРИНА

<http://комбинат-уу.рф>