



«Городской комбинат школьного питания»

М Е Н Ю школы № _____

С 18.11.2024-22.11.2024 года

Б	Ж	У	Эн ккал	№ ТТК	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб.
НЕДЕЛЯ 4							
ПОНЕДЕЛЬНИК							
Завтрак 7- 11 лет							
6,49	4,83	28,23	182,3	515	Каша молочная пшеничная с маслом без сахара (Крупа пшеничная, молоко, вода, соль йод., масло сл.)	160/5	17,47
6,45	10,97	11,99	172,4	893	Бутерброд с сыром и маслом (Сыр, масло сл., хлеб пш.)	15/10/25	27,46
1,36	1,41	2,14	26,69	603	Чай с молоком (Чай, молоко, вода)	200	6,86
2,00	6,40	19,00	140,0	-	Напиток овсяный в п/у	200	38,21
16,29	23,61	61,35	521,4		Итого	615	90,00
Завтрак 12 лет и старше							
8,85	6,59	38,49	248,6	515	Каша молочная пшеничная с маслом без сахара (Крупа пшеничная, молоко, вода, соль йод., масло сл.)	220/5	21,85
8,51	14,48	15,82	227,6	893	Бутерброд с сыром и маслом (Сыр, масло сл., хлеб пш.)	20/10/36	33,08
1,36	1,41	2,14	26,69	603	Чай с молоком (Чай, молоко, вода)	200	6,86
2,00	6,40	19,00	140,0	-	Напиток овсяный в п/у	200	38,21
20,72	28,87	75,45	642,9		Итого	691	100,00
Обед 7-11 лет							
3,70	10,86	6,86	196,38	167	Рассольник «Ленинградский» с фрикадельками (картофель, крупа перловая, огурцы сол., морковь, лук репч., томат паста, масло раст., соль йод.)	20/210	29,32
13,98	12,65	8,25	192,75	1062	Сеченики Посольские из мятая с соусом белым основным (филе мятая, яичный порошок, крупа манная, лук репчатый, масло слив. соль йод., соус белый осн.) 80/20	100	38,55
2,98	5,87	18,63	139,27	867	Пюре овощное (картофель, морковь, молоко, масло слив., соль йод.)	150	25,13
0,04	0	0,11	0,6	431	Чай с лимоном без сахара (чай лимон)	200/4	1,94
2,48	0,33	16,83	85,19	-	Хлеб пшеничный йодированный	33	2,74
0	0	13,75	55,00	-	Пюре фруктовое	125	22,32
23,18	29,71	64,43	669,19		Итого	842	120,00
							120,00
Обед 12 лет и старше в т.ч ОБЗ							
4,34	17,6	16,87	257,39	167	Рассольник «Ленинградский» с фрикадельками (картофель, крупа перловая, огурцы сол., морковь, лук репч., томат паста, масло раст., соль йод.) 20/250/15	30/240	39,29
13,98	12,65	8,25	192,75	1062	Сеченики Посольские из мятая с соусом белым основным (филе мятая, яичный порошок, крупа манная, лук репчатый, масло слив. соль йод., соус белый осн.) 80/20	100	38,55
3,58	7,04	22,36	187,12	867	Пюре овощное (картофель, морковь, молоко, масло слив., соль йод.)	180	30,16
0,04	0	0,11	0,6	431	Чай с лимоном без сахара (чай лимон)	200/4	1,94
2,48	0,33	16,83	85,19	-	Хлеб пшеничный йодированный	33	2,74
0	0	13,75	55,00	-	Пюре фруктовое	125	22,32
24,42	37,62	78,17	778,05		Итого	912	135,00
							135,00
ВТОРНИК							
Завтрак 7-11 лет							
1,37	2,98	0,88	35,89	-	Сыр в индивидуальной упаковке	1/18	16,42
5,91	7,47	26,18	225,63	898	Каша молочная ячневая с маслом без сахара (крупа ячневая, молоко, соль йод., масло слив.) 170/10	180	23,91
0,15	0	14,61	59,04	977	Чай с медом (чай, мед)	200/20	14,47
2,63	0,35	17,85	85,05	-	Хлеб пшеничный йодированный	35	2,91
0,94	0,23	8,78	40,95	-	Мандарин	117	32,29
11	11,03	68,3	446,56		Итого	570	90,00
							90,00
Завтрак 12 лет и старше							

1,37	2,98	0,88	35,89	-	Сыр в индивидуальной упаковке	1/18	16,42
8,21	10,38	36,36	281,71	898	Каша молочная ячневая с маслом без сахара (крупа ячневая, молоко, соль йод., масло слив.) 240/10	250	29,00
0,15	0	14,61	59,04	977	Чай с медом (чай, мед)	200/20	14,47
3,08	0,41	20,91	99,63	-	Хлеб пшеничный йодированный	41	3,41
1,06	0,27	9,98	46,55	-	Мандарин	133	36,70
13,87	14,04	82,74	522,82		Итого	662	100,00
					Льготное питание		100,00
					Обед 7-11 лет		
14,44	33,79	41,26	438,91	1084	Пельмени отварные в бульоне (пельмени п/ф, приправа универсальная, лавровый лист, соль йод.) 130/120	250	52,06
18,77	8,55	33,93	267,73	187	Запеканка творожная с рисом (творог, сметана, крупа рисовая, сухари панировочные, масло слив., мука, сахар, яйцо, ванилин)	150	46,79
0,04	0	0,11	0,6	431	Чай с лимоном без сахара (чай, лимон)	200/4	1,94
2,63	0,35	17,85	85,05		Хлеб пшеничный йодированный	35	2,91
0,52	0,52	12,74	57,72	-	Яблоко свежее	130	16,30
36,4	43,21	105,89	850,01		Итого	769	120,00
					Льготное питание		120,00
					Обед 12 лет и старше в т.ч ОВЗ		
16,17	37,84	49,57	503,58	1084	Пельмени отварные в бульоне (пельмени п/ф, приправа универсальная, лавровый лист, соль йод.) 130/150	280	52,16
25,02	11,40	45,24	323,64	187	Запеканка творожная с рисом (творог, сметана, крупа рисовая, сухари панировочные, масло слив., мука, сахар, яйцо, ванилин)	200	62,36
0,04	0	0,11	0,6	431	Чай с лимоном без сахара (чай, лимон)	200/4	1,94
2,03	0,27	13,77	65,61	-	Хлеб пшеничный йодированный	27	2,24
0,52	0,52	12,74	57,72	-	Яблоко свежее	130	16,30
43,78	50,03	121,43	951,15		Итого	841	135,00
					Льготное питание		135,00
					СРЕДА		
					Завтрак 7- 11 лет		
7,63	7,67	27,42	209,2	898	Каша молочная овсяная "Геркулес" с маслом без сахара (Хлопья Геркулес, молоко, вода, соль йод., масло слив.)	190/10	26,02
9,15	15,57	17,02	244,8	893	Бутерброд с сыром и маслом (Сыр, масло сл., хлеб пш.)	29/10/32	41,05
0,19	0,04	0,03	1,33	1 009	Чай черный (Чай, вода)	200	0,61
0,00	0,00	13,75	55,00	-	Пюре фруктовое	125	22,32
16,97	23,28	58,23	510,4		Итого	596	90,00
					Льготное питание		90,00
					Завтрак 12 лет и старше		
9,54	9,59	34,28	261,5	898	Каша молочная овсяная "Геркулес" с маслом без сахара (Хлопья Геркулес, молоко, вода, соль йод., масло слив.)	240/10	29,82
10,96	18,64	20,38	293,1	893	Бутерброд с сыром и маслом (Сыр, масло сл., хлеб пш.)	35/10/40	47,25
0,19	0,04	0,03	1,33	1 009	Чай черный (Чай, вода)	200	0,61
0,00	0,00	13,75	55,00	-	Пюре фруктовое	125	22,32
20,69	28,27	68,44	611,0		Итого	660	100,00
					Льготное питание		100,00
					Обед 7-11 лет		
5,9	6,41	23,27	174,33	157	Суп картофельный с бобовыми и гречками (картофель, горох, морковь, лук репч., соль йодир., масло растит., гречки) 230/15	245	9,88
14,42	20,52	5,26	263,42	551	Бефстроганов (говядина, лук репч., масло подсолн., соль йод., мука пшен., сметана, масло слив., томат паста)	45/50	76,00
4,85	4,34	33,51	192,42	585	Перловка отварная (крупа перловая, масло слив., соль йодир.)	170	9,63
0,21	0,07	2,23	10,39	667	Напиток из шиповника без сахара (шиповник, лимон)	200	5,18
2,85	0,38	19,38	92,34	-	Хлеб пшеничный йодированный	38	3,16
1,40	0,40	22,80	100,40	-	Сок фруктовый в п/у	200	16,15
29,63	32,12	106,45	833,3		Итого	948	120,00
					Льготное питание		120,00
					Обед 12 лет и старше в т.ч ОВЗ		
6,26	6,8	24,69	188,00	157	Суп картофельный с бобовыми и гречками (картофель, горох, морковь, лук репч., соль йодир., масло растит., гречки)	265	10,64

					250/15		
15,94	22,68	5,82	291,14	551	Бефстроганов (говядина, лук репч., масло подсолн., соль йод., мука пшенич., сметана, масло слив., томат паста)	55/50	89,69
5,42	4,85	37,45	215,05	585	Перловка отварная (крупа перловая, масло слив., соль йодир.)	190	10,76
0,21	0,07	2,23	10,39	667	Напиток из шиповника без сахара (шиповник, лимон)	200	5,18
2,33	0,31	15,81	75,33	-	Хлеб пшеничный йодированный	31	2,58
1,40	0,40	22,80	100,40	-	Сок фруктовый в п/у	200	16,15
31,56	35,11	108,8	880,31		Итого	991	135,00
					Льготное питание		135,00
					ЧЕТВЕРГ		
					Завтрак 7-11 лет		
7,67	6,54	32,75	220,57	515	Каша молочная пшеничная с маслом без сахара (крупа пшено, молоко, соль йод., масло сл.) 190/5	195	20,35
6,4	4,55	21,42	152,22	868	Бутерброд с сыром (сыр, хлеб пшенич.)	21/35	22,32
1,51	1,13	3,53	30,33	1066	Кофейный напиток злаковый без сахара (кофейный напиток, молоко)	200	9,12
2,00	6,40	19,00	140,00		Напиток овсяный в п/у	1/200	38,21
17,58	18,62	76,7	543,12		Итого	651	90,00
					Льготное питание		90,00
					Завтрак 12 лет и старше		
9,44	8,05	40,31	271,47	515	Каша молочная пшеничная с маслом без сахара (крупа пшено, молоко, соль йод., масло сл.) 230/10	240	29,24
6,86	4,88	22,95	163,10	868	Бутерброд с сыром (сыр, хлеб пшенич.)	22/38	23,43
1,51	1,13	3,53	30,33	1066	Кофейный напиток злаковый без сахара (кофейный напиток, молоко)	200	9,12
2,00	6,40	19,00	140,00		Напиток овсяный в п/у	1/200	38,21
19,81	20,46	85,79	604,9		Итого	700	100,00
					Льготное питание		100,00
					Обед 7-11 лет		
1,55	3,91	10,22	102,31	165	Борщ с капустой, картофелем (картофель, капуста, морковь, лук репч., свекла, томат паста, масло раст., соль йод.)	200	7,32
15,96	18,89	19,02	399,91	1099	Запеканка мясная «Микс» со свежим огурцом (говядина, свинина, лук репч., морковь, масло подсолн., крупа рисовая, крупа гречневая, молоко, яйцо, соль йод., огурец свежий) 150/30	180	89,32
0,99	0,06	9,28	47,62	669	Компот из кураги с витамином С без сахара (курага, лимонная кислота, аскорбиновая кислота)	200	6,52
2,25	0,3	15,3	72,9	-	Хлеб пшеничный йодированный	31	2,58
0,42	0,42	10,29	46,62	-	Яблоко свежее	114	14,26
21,17	23,58	64,11	669,36		Итого	725	120,00
					Льготное питание		120,00
					Обед 12 лет и старше в т.ч ОВЗ		
2,33	5,87	15,34	183,47	165	Борщ с капустой, картофелем (картофель, капуста, морковь, лук репч., свекла, томат паста, масло раст., соль йод.)	300	10,98
17,73	20,99	21,13	424,35	1099	Запеканка мясная «Микс» со свежим огурцом (говядина, свинина, лук репч., морковь, масло подсолн., крупа рисовая, крупа гречневая, молоко, яйцо, соль йод., огурец свежий) 170/30	200	100,03
0,99	0,06	9,28	41,62	669	Компот из кураги с витамином С без сахара (курага, лимонная кислота, аскорбиновая кислота)	200	6,52
2,25	0,3	15,3	72,9	-	Хлеб пшеничный йодированный	31	2,58
0,48	0,48	11,66	52,84	-	Яблоко свежее	119	14,89
23,78	27,7	72,71	775,18		Итого	850	135,00
					Льготное питание		135,00
					ПЯТНИЦА		
					Завтрак 7-11 лет		
6,84	7,71	23,98	192,68	578	Каша молочная манная (жидкая) 100%с маслом без сахара (крупа манная, молоко, соль йод., масло слив.) 170/10	180	32,39
7,08	5,04	23,72	168,53	868	Бутерброд с сыром (сыр Российский, хлеб пшеничный йодир.) 25/37	62	26,17
1,51	1,13	3,53	30,33	1066	Кофейный напиток злаковый без сахара (кофейный напиток, молоко)	200	9,12
0	0	13,75	55,00	-	Пюре фруктовое	125	22,32
15,43	13,88	64,98	446,54		Итого	567	90,00
					Льготное питание		90,00

					<u>Завтрак 12 лет и старше</u>			
9,5	10,71	33,31	267,61	578	Каша молочная манная (жидкая) 100%с маслом без сахара (крупа манная, молоко, соль йод., масло слив.) 220/10	250	40,95	
7,88	5,61	26,39	187,56	868	Бутерброд с сыром (сыр Российский, хлеб пшеничный йодир.) 26/43	69	27,61	
1,51	1,13	3,53	30,33	1066	Кофейный напиток злаковый без сахара (кофейный напиток, молоко)	200	9,12	
0	0	13,75	55,00	-	Пюре фруктовое	125	22,32	
18,89	17,45	76,98	540,5		Итого	644	100,00	
					Льготное питание		100,00	
					<u>Обед 7-11 лет</u>			
4,19	7,63	5,19	106,18	8	Щи по - уральски с фрикадельками (фрикадельки мясные, крупа пшено, лук репч., морковь, капуста св., томат. паста, масло подсолн., соль йодир.) 20/180	200	19,90	
13,00	19,43	7,95	258,67	209/337	Кюфта по–Московски с соусом красным основным (говядина, крупа рисовая, лук реп., мука, соль йод., масло раст., соус красный осн.) 80/20	100	58,82	
5,42	4,07	31,80	185,45	307	Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, масло сливочное, соль йодиров.)	150	10,53	
0,14	0	13,15	53,14	977	Чай с медом (чай, мед)	180/18	13,02	
1,43	0,19	9,69	46,17	-	Хлеб пшеничный йодированный	19	1,58	
1,40	0,40	22,80	100,40	-	Сок фруктовый в п/у	200	16,15	
27,15	31,93	101,29	801,04		Итого	867	120,00	
					Льготное питание		120,00	
					<u>Обед 12 лет и старше в т.ч ОВЗ</u>			
5,65	10,3	7,01	159,27	8	Щи по - уральски с фрикадельками (фрикадельки мясные, крупа пшено, лук репч., морковь, капуста св., томат. паста, масло подсолн., соль йодир.) 30/270	300	29,93	
13,00	19,43	7,95	258,67	209/337	Кюфта по–Московски с соусом красным основным (говядина, крупа рисовая, лук реп., мука, соль йод., масло раст., соус красный осн.) 80/20	100	58,82	
6,5	4,88	38,16	222,53	307	Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, масло сливочное, соль йодиров.)	180	12,64	
0,15	0	14,61	59,04	977	Чай с медом (чай, мед)	200/20	14,47	
2,70	0,36	18,36	87,48	-	Хлеб пшеничный йодированный	36	2,99	
1,40	0,40	22,80	100,40	-	Сок фруктовый в п/у	200	16,15	
29,4	35,37	108,89	887,39		Итого		135,00	
					Льготное питание		135,00	

ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР

КАЛЬКУЛЯТОР

ЗАВ ПРОИЗВОДСТВОМ

А.М.ШАХОВА

А.П.МАЛЫГИНА

