

Без ГМО  
И  
ПИЩЕВЫХ ДОБАВОК

МКП «Городской комбинат школьного питания»  
М Е Н Ю школы № 29  
На 05 сентября 2022 г.

Меню разработано в соответствии СанПиН 2.3.2.4.3590-20 и МР 2.4.017-20



Б	Ж	У	ЭЦ ккал	№ ТТК	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.
<b>Завтрак 7-11 лет</b>							
					Яйцо вареное	1 шт.	10,50
5,08	4,6	0,28	62,84	776	Каша молочная овсяная Геркулес с маслом (крупа геркулесовая, молоко, сахар-песок., соль йод., масло слив.)	190/70	19,82
7,59	8,49	32,49	236,72	898a	Сыр в индивидуальной упаковке		13,04
1,37	2,98	0,88	35,82	-	Какао-напиток (какао порошок, молоко 3,2%, сахар-песок)	200	9,06
1,82	1,67	13,22	75,19	986	Хлеб пшеничный йодированный	35	2,58
2,63	0,35	17,85	85,05	-	Фруктовый десерт	1/100	30,00
0,60	0,20	19	80,20	-	<b>Итого</b>		<b>85,00</b>
<b>19,09</b>	<b>18,29</b>	<b>83,72</b>	<b>575,82</b>		<b>Льготное питание</b>		<b>85,00</b>
<b>Завтрак 12 лет и старше</b>							
					Яйцо вареное	1 шт.	10,50
5,08	4,6	0,28	62,84	776	Каша молочная овсяная Геркулес с маслом (крупа геркулесовая, молоко, сахар-песок., соль йод., масло слив.)	190/7	17,49
7,47	8,36	32	233,17	898a	Сыр в индивидуальной упаковке	1 шт.	13,04
1,37	2,98	0,88	35,82	-	Какао-напиток (какао порошок, молоко 3,2%, сахар-песок)	200	9,06
1,82	1,67	13,22	75,19	986	Бутерброд с маслом (масло слив, хлеб пшеничный)	10/30	9,91
2,46	6,13	16,43	130,74	868	Фруктовый десерт	1/100	30,00
0,60	0,20	19	80,20	-	<b>Итого</b>		<b>90,00</b>
<b>18,8</b>	<b>23,94</b>	<b>81,81</b>	<b>617,96</b>		<b>Льготное питание</b>		<b>90,00</b>
<b>Обед 7-11 лет</b>							
					Закуска порционная (помидоры свежие)	60	8,08
0,66	0,12	2,28	12,84	982	Суп-лапша домашняя с курицей (грудка куриная., лапша домашняя роллтон, лук репч., морковь, масло раст, соль йодир.)	10/200	11,36
5,42	4,78	10,1	105,1	694/1058	Котлета Незнайка с соусом крас. осн (говядина, молоко, хлеб пш.йодир., лук репч., яйцо, сухари панир., масло подс. соль йодир.) 80/15	95	52,09
12,93	12,62	12,45	215,04	225a/370	Гарнир каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, масло сливочное, соль йод.)	150	13,66
6,20	4,74	37,98	219,36	632	Хлеб пшеничный йодированный	20	1,47
1,5	0,2	10,2	48,6	-	Хлеб ржаной	16	1,00
1,06	0,19	6,34	31,3	-	Сок фруктовый в потребительской упаковке	1/200	17,34
1,40	0,4	22,8	100,4	-	<b>Итого</b>		<b>105,00</b>
<b>29,17</b>	<b>23,05</b>	<b>102,15</b>	<b>732,64</b>		<b>Льготное питание</b>		<b>105,00</b>
<b>Обед 12 лет и старше</b>							
					Закуска порционная (помидоры свежие)	100	13,46
1,1	0,2	3,8	21,4	982	Суп-лапша домашняя с курицей (грудка куриная., лапша домашняя роллтон, лук репч., морковь, масло раст, соль йодир.)	15/250	15,28
6,84	6,03	12,75	132,63	694/1058	Котлета Незнайка с соусом крас. осн (говядина, молоко, хлеб пш.йодир., лук репч., яйцо, сухари панир., масло подс. соль йодир.) 80/30	110	52,83
14,97	14,61	14,41	249	225a/370	Гарнир каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, масло сливочное, соль йод.)	180	16,40
7,43	5,69	45,58	263,23	632	Хлеб пшеничный йодированный	39	2,84
2,93	0,39	19,89	94,77	-	Хлеб ржаной	30	1,85
1,98	0,36	11,88	58,68	-	Сок фруктовый в потребительской упаковке	1/200	17,34
1,40	0,4	22,8	100,4	-	<b>Итого</b>		<b>120,00</b>
<b>36,65</b>	<b>27,68</b>	<b>131,11</b>	<b>920,11</b>		<b>Льготное питание</b>		<b>120,00</b>
<b>Полдник</b>							
					Булочка с повидлом Обсыпная (мука, сахар-песок, дрожжи, масло сл. соль йодир., повидло)	75	13,77
4,74	2,57	42,16	209,04	340	Молоко питьевое	200	18,90
5,8	6,4	9,4	120	106	<b>Итого</b>	<b>275</b>	<b>32,67</b>
<b>10,54</b>	<b>8,97</b>	<b>51,56</b>	<b>329,04</b>		<b>Дополнительно</b>		
					Закуска порционная (помидоры свежие)	100	13,50
1,1	0,2	3,8	21,4	982	Каша молочная овсяная Геркулес (крупа геркулесовая, молоко, сахар-песок., соль йод.)	180	11,40
7,21	8,07	30,87	224,89	898a	Суп-лапша домашняя с курицей (грудка куриная., лапша домашняя роллтон, лук репч., морковь, масло раст, соль йодир.)	15/250	15,30
6,84	6,03	12,75	132,63	694/1058	Котлета Незнайка (говядина, молоко, хлеб пш.йодир., лук репч., яйцо, сухари панир., масло подс. соль йодир.)	80	51,30
13,44	12,53	11,92	214,21	225a/370	Бифштекс Нежность (говядина, свинина, лук реп., сметана, хлеб, соль йод., мука пшен.)	75	66,50
16,65	25,69	6,23	322,86	226	Мясо тушеное с луком и морковью (говядина, масло растит., морковь, соль йодир., мука пш, т. паста, лук репч.)	50/75	64,40
14,83	17,35	5,71	238,44	675	Гарнир каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, масло сливочное, соль йод.)	150	13,70
6,20	4,74	37,98	219,36	632	Картофель отварной (картофель, масло слив., соль йод.)	150	17,80
2,87	3,89	22,31	135,65	604	Масло сливочное	5	3,90
0,04	2,72	0,07	24,92		Соус красный основной (лук, морковь, мука, масло раст., масло слив., т. паста, соль йодир.)	30	1,50
0,24	1,11	1,78	18,18	370	Беляши по-школьному (мука пшен., дрожжи пресс., сахар-песок, соль йодир., говядина, лук репч., масло растит.)	80	31,20
9,3	10,51	18,17	204,47	19	Пирожки печеные с картофелем (мука, сахар-песок, масло сл, яйцо, картофель, лук репчат., масло раст., соль йодир.)	75	9,80
5,04	4,64	30,76	185	60	Булочка с повидлом Обсыпная (мука, сахар-песок, дрожжи, масло сл. соль йодир., повидло)	75	13,80
4,74	2,57	42,16	209,04	340	Сосиска, запеченная в тесте (тесто сл., сосиска, яйцо)	40/50	29,10
9,1	12,3	31,02	271,14	55	Кекс «Фараон» БХП	70	28,60
3,5	20,3	35	329	-	Булочка «Сдоба с повидлом» БХП	100	17,70
7,0	5,5	63	330	-	Коржик молочный БХП	70	18,90
4,55	8,4	47,6	280	-	Ромовая Баба БХП	100	22,40
5,5	9,0	60,0	340	-	Булочка слоеная Улитка с маковой начинкой БХП	2/70	38,40
4,2	14,7	42	315	-	Какао-напиток (какао порошок, молоко 3,2%, сахар-песок)	200	9,10
1,82	1,67	13,22	75,19	986	Чай пакетированный	200	6,77
-	-	-	-	-	Чай с сахаром (чай, сахар-песок)	200	1,70
0	0	9,08	36,32	663	Чай с молоком (чай, молоко)	50/150	5,30
1,36	1,41	2,14	26,69	603	Вода негазированная	0,5 л.	32,00
-	-	-	-	-	Сок фруктовый в потребительской упаковке	1/200	17,34
1,4	0,40	22,8	100,4	-	Хлеб пшеничный йодированный	30	2,20
2,25	0,30	15,3	72,9	-			

ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР  
КАЛЬКУЛЯТОР  
ЗАВ ПРОИЗВОДСТВОМ

А.М.ШАХОВА  
С.А.БАТУРИНА