

Без ГМО
И
ПИЩЕВЫХ ДОБАВОК

МКП «Городской комбинат школьного питания»
М Е Н Ю школы № 29
На 24 сентября 2022 г.

«Согласовано»
Директор школы № 29

Меню разработано в соответствии СанПиН 2.3.2.4.3590-20 и МР 2.4.01.79-20



Б	Ж	У	ЭЦ к/ккал	№ ГТК	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб.
Завтрак 7-11 лет							
5.14	3.66	17.21	122.32	868	Бутерброд с сыром (сыр, хлеб пшеничный)		
7.99	17.63	0.41	192.23	636	Сосиски молочные отварные с маслом (сосиски молочные, масло слив.)	14/31	17.65
5.42	4.07	31.8	185.45	307	Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, масло сл., соль йодир.)	80/5	46.44
0.25	1.11	18.67	85.67	904	Напиток из облепихи протертой с сахаром (облепиха, протертая с сахаром, сахар-песок)	150	8.73
18.8	26.47	68.09	585.67		Итого	200	12.18
Льготное питание							
Завтрак 12 лет и старше							
7.31	5.20	24.48	173.97	868	Бутерброд с сыром (сыр, хлеб пшеничный)		
8.27	18.25	0.42	199.02	636	Сосиски молочные отварные с маслом (сосиски молочные, масло слив.)	21/43	18.59
6.5	4.88	38.16	222.53	307	Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, масло сл., соль йодир.)	80.8	48.76
0.25	1.11	18.67	85.67	904	Напиток из облепихи протертой с сахаром (облепиха, протертая с сахаром, сахар-песок)	180	10.47
22.33	29.44	81.73	681.19		Итого	200	12.18
Льготное питание							
Обед 7-11 лет							
0.66	0.12	2.28	12.84	982	Закуска порционная (помидоры свежие)		
4.85	8	5.76	114.46	145	Солянка по-домашнему (говядина, колбаса п/к, сосиски молочные, картофель, огурцы солен., лук репч., томат.паста, соль йодир., масло сл.)	60	8.08
13	19.43	7.95	258.67	209	Кюфта по-московски с соусом (говядина, свинина, яйцо, лук репч., крупа рисовая, мука пшен., масло растит., соль йодир, соус красный основной)	15/200	22.87
3.6	4.78	36.45	203.23	552	Рис отварной (крупа рисовая, масло слив., соль йод.)	75/25	52.52
0.21	0.07	13.13	53.99	667	Напиток из шиповника (шиповник, сахар, лимон)	150	11.74
1.88	0.25	12.75	60.75	-	Хлеб пшеничный йодированный	200	6.67
1.32	0.24	7.92	39.12	-	Хлеб ржаной	26	1.89
25.52	32.89	86.24	743.06		Итого	20	1.23
Льготное питание							
Обед 12 лет и старше							
1.1	0.2	3.8	21.4	982	Закуска порционная (помидоры свежие)		
6.09	10.05	7.23	143.74	145	Солянка по-домашнему (говядина, колбаса п/к, сосиски молочные, картофель, огурцы солен., лук репч., томат.паста, соль йодир., масло сл.)	100	13.46
13	19.43	7.95	258.67	209	Кюфта по-московски с соусом (говядина, свинина, яйцо, лук репч., крупа рисовая, мука пшен., масло растит., соль йодир, соус красный основной)	20/250	29.63
4.33	5.74	43.73	243.88	552	Рис отварной (крупа рисовая, масло слив., соль йод.)	75/25	52.52
0.21	0.07	13.13	53.99	667	Напиток из шиповника (шиповник, сахар, лимон)	180	14.19
2.33	0.31	15.81	75.33	-	Хлеб пшеничный йодированный	200	6.67
1.32	0.24	7.92	39.12	-	Хлеб ржаной	32	2.40
28.38	36.04	99.57	836.13		Итого	20	1.13
Льготное питание							
Полдник							
5.75	5.44	42.75	229	346	Булочка Изюминка (мука пшенич, сахар-песок, масло слив., яйцо, соль, дрожжи прес., изюм)	75	13.14
5.8	6.4	9.4	120	106	Молоко питьевое	200	18.90
11.55	11.84	52.15	349		Итого	275	32.04
Дополнительно							
1.1	0.2	3.8	21.4	982	Закуска порционная (помидоры свежие)		
6.09	10.05	7.23	143.74	145	Солянка по-домашнему (говядина, колбаса п/к, сосиски молочные, картофель, огурцы солен., лук репч., томат.паста, соль йодир., масло сл.)	100	13.50
13	19.43	7.95	258.67	209	Кюфта по-московски (говядина, свинина, яйцо, лук репч., крупа рисовая, мука пшен., масло растит., соль йодир, соус красный основной)	20/250	29.60
4.05	7.17	0.16	81.39	636	Сосиска отварная	75	51.30
5.42	4.07	31.8	185.45	307	Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, масло сл., соль йодир.)	40	21.30
3.84	5.1	38.87	222.78	552	Рис отварной (крупа рисовая, масло слив., соль йод.)	150	8.70
2.3	6.3	14.2	123	532	Рагу овощное (картофель, капуста св., морковь, лук репч., масло раст., чесно-к, соль йодир., соус кр.осн)	160	12.50
0.24	1.11	1.78	18.18	370	Соус красный основной (лук, морковь, мука, масло раст., масло слив., т.паста, соль йодир)	150	20.30
8.61	12.06	24.59	241.34	92	Пицца Школьная (сыр, тесто сдоб., колбаса вар, лук реп., раст.масло, т.паста, сметана)	30	1.50
5.14	5.7	29.08	188.24	60	Пирожки печеные с капустой (тесто сдоб., капуста, лук, масло раст.)	100	33.40
5.75	5.44	42.75	229	346	Булочка Изюминка (мука пшенич, сахар-песок, масло слив., яйцо, соль, дрожжи прес., изюм)	75	8.70
0.21	0.07	13.13	53.99	667	Напиток из шиповника (шиповник, сахар, лимон)	75	13.10
0.25	1.11	18.67	85.67	904	Напиток из облепихи протертой с сахаром (облепиха, протертая с сахаром, сахар-песок)	200	6.70
-	-	-	-	-	Чай пакетированный	200	12.20
0	0	9.08	36.32	663	Чай с сахаром (чай, сахар-песок)	200	6.77
1.36	1.41	2.14	26.69	603	Чай с молоком (чай, молоко)	200	1.70
-	-	-	-	-	Вода негазированная	50/150	5.30
1.4	0.40	22.8	100.4	-	Сок фруктовый в потребительской упаковке	0.5 л.	32.00
2.25	0.30	15.3	72.9	-	Хлеб пшеничный йодированный	1/200	17.34
						30	2.20

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

<http://комбинат-уу.рф>