

Без ГМО и пищевых добавок

МКП «Городской комбинат школьного питания»
М Е Н Ю школы № 29
На 28 сентября 2022 г.
Меню разработано в соответствии СанПиН 2.3/2.4.3590-20 и МР 2.4.0179-20



Б	Ж	У	ЭЦ к/кал	№ ТТК	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб.
Завтрак 7-11 лет							
8,52	9,21	23,17	209,65	788	Бутерброд с маслом и сыром (сыр Российский, хлеб пшен.)	20/11/32	24,91
20,25	7,47	40,29	309,36	1013	Творожно-банановая запеканка со сгущенным молоком (творог, сахар-песок, яйцо, масло слив.банан, сметана, крупа манная, соль йодир., молоко сгущ.)	125/25	59,53
0,19	0,04	0,03	1,33	1009	Чай с черным (чай, вода)		0,56
28,96	16,72	63,49	520,34		Итого	200	0,56
					Льготное питание	413	85,00
Завтрак 12 лет и старше							
8,11	8,77	22,07	199,67	788	Бутерброд с маслом и сыром (сыр Российский, хлеб пшен.)	20/10/30	24,03
22,27	8,21	44,32	340,29	1013	Творожно-банановая запеканка со сгущенным молоком (творог, сахар-песок, яйцо, масло слив.банан, сметана, крупа манная, соль йодир., молоко сгущ.)	135/30	65,41
0,19	0,04	0,03	1,33	1009	Чай с черным (чай, вода)		0,56
30,57	17,02	66,42	541,29		Итого	200	0,56
					Льготное питание	425	90,00
Обед 7-11 лет							
4,27	7,83	12,7	138,4	17	Уха Рыбачья (картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное, масло сливочное, сайра)	15/200	23,73
17,46	6,65	12,38	179,2	973	Биточки рубленые из индейки с маслом (индейка филе, хлеб, сухари, соль йод, масло раст., масло слив) 80/10	90	49,89
4,63	4,22	35,56	198,74	310	Гарнир Забава (крупа гречневая, крупа рисовая, масло слив., соль йод.)	150	11,73
0,21	0,07	13,13	53,99	667	Напиток из шиповника (шиповник, сахар, лимон)	200	6,67
2,25	0,3	15,3	72,9	-	Хлеб пшеничный йодированный	30	2,21
1,32	0,24	7,92	39,12	-	Хлеб ржаной	20	1,23
0,64	0,64	15,78	71,48	-	Яблоко свежее	161	9,54
30,78	19,95	112,77	753,83		Итого	866	105,00
					Льготное питание		105,00
Обед 12 лет и старше							
5,46	10,02	16,25	177,02	17	Уха Рыбачья (картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное, масло сливочное, сайра)	25/250	35,21
17,46	6,65	12,38	179,2	973	Биточки рубленые из индейки с маслом (индейка филе, хлеб, сухари, соль йод, масло раст., масло слив) 80/10	90	49,89
5,56	5,06	42,67	238,49	310	Гарнир Забава (крупа гречневая, крупа рисовая, масло слив., соль йод.)	180	14,07
0,21	0,07	13,13	53,99	667	Напиток из шиповника (шиповник, сахар, лимон)	200	6,67
3	0,4	20,4	97,2	-	Хлеб пшеничный йодированный	40	2,95
1,98	0,36	11,88	58,68	-	Хлеб ржаной	30	1,85
0,63	0,63	15,48	70,15	-	Яблоко свежее	158	9,36
34,3	23,19	132,19	874,73		Итого	1021	120,00
					Льготное питание		120,00
Полдник							
10,42	5,14	30,2	208,74	322	Ватрушка с творогом (мука пш., творог, масло сл., сахар, яйцо, дрожжи, соль йод., масло раст.)	75	18,64
0	0	9,08	36,32	663	Чай с сахаром (чай, сахар-песок)	200	1,71
10,42	5,14	39,28	245,06		Итого	275	20,35
Дополнительно							
5,46	10,02	16,25	177,02	17	Уха Рыбачья (картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное, масло сливочное, сайра)	25/250	35,20
20,25	7,47	40,29	309,36	1013	Творожно-банановая запеканка со сгущенным молоком (творог, сахар-песок, яйцо, масло слив.банан, сметана, крупа манная, соль йодир., молоко сгущ.)	125/25	59,50
20,6	13,92	0,32	208,92	250	Рыбка «Янтарная» (горбуша, сыр, яйцо, сметана, масло раст., соль)	75	66,20
17,46	6,65	12,38	129,2	973	Биточки рубленые из индейки (индейка филе, хлеб, сухари, соль йод, масло раст.)	80	42,20
14,83	17,35	5,71	238,44	675	Мясо тушеное с луком и морковью (говядина, масло растит., морковь, соль йодир., мука пш., т. паста, лук репч.)	50/75	64,40
16,75	17,52	2,87	236,26	208	Люля-кебаб домашний (говядина, свинина, лук репч., хлеб пшен., соль йодир.)	70	72,40
16,35	16,84	19,18	293,68	27	Жаркое по-домашнему (говядина, картофель, лук репч., томат.паста, масло раст., соль йодир.)	50/150	74,50
3,43	5,31	26,88	169,05	313	Картофель запеченный по-московски (картофель, масло раст., масло сл. соль йодир.)	150	20,80
5,42	4,07	31,8	185,45	307	Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, масло сл., соль йодир.)	150	8,70
4,63	4,22	35,56	198,74	310	Гарнир Забава (крупа гречневая, крупа рисовая, масло слив., соль йод.)	150	11,70
0,24	1,11	1,78	18,18	370	Соус красный основной (лук, морковь, мука, масло раст., мвело слив., т. паста, соль йодир)	30	1,50
0,04	2,72	0,07	24,92		Масло сливочное	5	3,90
10,74	15,39	30,83	305	328	Хот-дог закрытый (тесто сдобное дрожжевое, сосиски молочные, огурцы солен., сыр, томат.паста)	100	35,70
8,46	11,72	28,41	253,1	328	Плюшка «Эстонская» с сыром (тесто сдобное дрожжевое, сыр, масло слив.)	75	23,70
5,42	4,78	31,94	187,16	60	Пирожки печеные с картофелем (тесто сдоб., картофель, лук, масло раст.)	75	9,70
10,42	5,14	30,2	208,74	322	Ватрушка с творогом (мука пш., творог, масло сл., сахар, яйцо, дрожжи, соль йод., масло раст.)	75	18,60
4,17	12,05	30,15	245,73	413	Коржик «Молочный» (мука пш., масло сл., сахар, яйцо, молоко, сода, ванилин)	60	17,80
2,4	7,7	25,3	187	-	Батончик слоеный с начинкой БХП (клубника)		
2,75	9,9	31,3	209	-	(ананас)	55	13,20
2,75	9,9	27,5	209	-	(груша)		
4,2	14,7	25,9	294	-	Кекс «Волжский» БХП	70	23,10
6,3	7,7	36,75	245	-	Калачик сметанный БХП	70	22,70
3,37	13,5	52,5	352,5	-	Пирожное песочное, глазированное помадой БХП	75	24,00
5,25	3,5	42	224	-	Булочка «Батончик Детский с изюмом» БХП	70	12,80
0,21	0,07	13,13	53,99	667	Напиток из шиповника (шиповник, сахар, лимон)	200	6,70
-	-	-	-	-	Чай пакетированный	200	6,77
0	0	9,08	36,32	663	Чай с сахаром (чай, сахар-песок)	200	1,70
1,36	1,41	2,14	26,69	603	Чай с молоком (чай, молоко)	50/150	5,30
-	-	-	-	-	Вода негазированная	0,5 л.	32,00
1,4	0,40	22,8	100,4	-	Сок фруктовый в потребительской упаковке	1/200	17,34
2,25	0,30	15,3	72,9	-	Хлеб пшеничный йодированный	30	2,20
0,63	0,63	15,48	44,4	-	Яблоко свежее	100	5,90

ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР
КАЛЬКУЛЯТОР
ЗАВ ПРОИЗВОДСТВОМ

Handwritten signatures and stamps of the school director and accountant.

А.М.ШАХОВА
С.А.БАТУРИНА

<http://комбинат-уу.рф>