

Без ГМО и пищевых добавок

МКП «Городской комбинат школьного питания»  
М Е Н Ю школы № 29  
На 30 сентября 2022 г.



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

Б	Ж	У	ЭЦ ккал	№ ТТК	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб.
<b>Завтрак 7-11 лет</b>							
12,66	6,7	7,21	139,78	1046	Биточки рыбные по домашнему с маслом (минтай, крупа рис, молоко, лук репч., сухари панир., масло растит., соус белый основной) 75/5	80	37,58
3,6	4,78	36,44	203,23	552	Рис отварной (крупа рисовая, масло слив., соль йод.)	150	11,74
0,99	0,06	18,36	77,94	669а	Компот из кураги с вит С (курага, сахар, лимон.кислота, аскорб. кислота)	200	10,47
2,33	0,31	15,81	75,33	-	Хлеб пшеничный йодированный	31	2,29
0,7	0,52	17,92	79,17	-	Группа свежая	174	22,92
<b>20,28</b>	<b>12,37</b>	<b>95,74</b>	<b>575,45</b>		<b>Итого</b>	<b>635</b>	<b>85,00</b>
<b>Льготное питание</b>							
<b>Завтрак 12 лет и старше</b>							
13,45	7,12	7,66	148,52	1046	Биточки рыбные по домашнему с маслом (минтай, крупа рис, молоко, лук репч., сухари панир., масло растит., соус белый основной) 75/10	85	41,45
4,33	5,74	43,73	243,88	552	Рис отварной (крупа рисовая, масло слив., соль йод.)	180	14,09
0,99	0,06	18,36	77,94	669а	Компот из кураги с вит С (курага, сахар, лимон.кислота, аскорб. кислота)	200	10,47
2,25	0,3	15,3	72,9	-	Хлеб пшеничный йодированный	30	2,21
0,66	0,5	17	75,08	-	Группа свежая	165	21,78
<b>21,68</b>	<b>13,72</b>	<b>102,05</b>	<b>618,32</b>		<b>Итого</b>	<b>660</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	8,57
8,44	7,28	14,29	156,44	157/998	Суп картофельный с бобовыми, с фаршем (картофель, горох, морковь, лук репч., масло раст., говядина)	15/200	24,92
13,65	20,4	8,35	271,6	209	Кюфта по-московски с соусом красным (говядина, яйцо, лук репч., крупа рисовая, мука пшен., масло растит., соль йодир, масло слив, соус красный основной) 75/30	105	52,77
4,72	5,27	26,23	171,23	843	Гарнир пшено отварное вязкое (крупа пшенная, масло сливочное, соль йод.)	180	7,65
0	0	19,4	77,6	1014	Напиток с витаминами Витощка (вода, напиток Витощка)	200	7,65
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
<b>30,94</b>	<b>33,56</b>	<b>93,24</b>	<b>798,76</b>		<b>Итого</b>	<b>820</b>	<b>105,00</b>
<b>Льготное питание</b>							
<b>Обед 12 лет и старше</b>							
0,72	0,09	2,25	12,69	982	Закуска порционная (огурцы свежие)	90	11,02
10,8	9,31	18,28	200,1	157/998	Суп картофельный с бобовыми, с фаршем (картофель, горох, морковь, лук репч., масло раст., говядина)	25/250	38,80
12,35	18,46	7,55	245,73	209	Кюфта по-московски с соусом красным (говядина, яйцо, лук репч., крупа рисовая, мука пшен., масло растит., соль йодир, масло слив, соус красный основной) 75/20	95	52,24
4,72	5,27	26,23	171,23	843	Гарнир пшено отварное вязкое (крупа пшенная, масло сливочное, соль йод.)	180	7,65
0	0	19,4	77,6	1014	Напиток с витаминами Витощка (вода, напиток Витощка)	200	7,65
1,5	0,2	10,2	48,6	-	Хлеб пшеничный йодированный	20	1,47
1,25	0,23	7,52	37,16	-	Хлеб ржаной	19	1,17
<b>31,34</b>	<b>33,56</b>	<b>91,43</b>	<b>793,11</b>		<b>Итого</b>	<b>879</b>	<b>120,00</b>
<b>Льготное питание</b>							
<b>Полдник</b>							
5,14	5,7	29,08	188,24	60	Пирожки печеные с капустой (тесто слоб., капуста, лук, масло раст.)	75	8,66
0,06	0,02	13,47	54,3	621	Чай с вареньем (чай, варенье)	200/20	11,65
<b>5,2</b>	<b>5,72</b>	<b>42,55</b>	<b>242,54</b>		<b>Итого</b>	<b>295</b>	<b>20,31</b>
<b>Дополнительно</b>							
0,8	0,1	2,5	14,1	982	Закуска порционная (огурцы свежие)	100	12,20
10,8	9,31	18,28	200,1	157/998	Суп картофельный с бобовыми, с фаршем (картофель, горох, морковь, лук репч., масло раст., говядина)	25/250	38,80
13,46	5,53	8,86	157,05	272	Биточки рыбные по домашнему (минтай, крупа рис, молоко, лук репч., сухари панир., масло растит.)	75	33,70
14,68	15,39	22,92	288,91	754	Рыба, запеченная с луком по-Ленинградски (горбуша, картофель, лук репч., масло растит., мука пш., соль йодир.)	50/100/20	51,40
13,65	20,4	8,35	271,6	209	Кюфта по-московски (говядина, яйцо, лук репч., крупа рисовая, мука пшен., масло растит., соль йодир, масло слив.)	75	51,30
15,18	21,6	5,54	277,28	551	Бефстроганов (говядина, лук репч., масло растит., мука пш., томат, сметана, соль йодир.) 45/55	100	68,30
4,72	5,27	26,23	171,23	843	Гарнир пшено отварное вязкое (крупа пшенная, масло сливочное, соль йод.)	150	6,40
3,6	4,78	36,45	203,23	552	Рис отварной (крупа рисовая, масло слив., соль йод.)	150	11,70
3,09	4,47	20,1	132,99	371	Картофельное пюре (картофель, молоко, масло слив., соль йод.)	150	18,10
0,24	1,11	1,78	18,18	370	Соус красный основной (лук, морковь, мука, масло раст., масло слив., т. паста, соль/йодир)	30	1,50
0,04	2,72	0,07	24,92	-	Масло сливочное	5	3,90
5,14	5,7	29,08	188,24	60	Пирожки печеные с капустой (тесто слоб., капуста, лук, масло раст.)	75	8,70
8,61	12,06	24,59	241,34	92	Пинча Школьная (сыр, тесто слоб., колбаса вар, лук реп., раст.масло, т.паста, сметана)	100	33,40
9,3	10,51	18,17	204,47	19	Беляши по-школьному (мука пшен., дрожжи пресс., сахар-песок, соль йодир., говядина, лук репч., масло растит.)	80	31,20
6,79	10,15	40,27	279,8	696	Кокрок Малыш (мука пшен., масло слив., молоко, сахар, яйцо, соль йод, молоко сгущенное вареное)	75	19,90
5,5	9,0	60,0	340	-	Ромовая Баба БХП	100	22,40
14,4	23,2	24	360	-	Самса Слоеная с сыром БХП	80	41,10
6,8	8	50,4	296	-	Булочка Плюшка Московская БХП	80	16,60
4,95	23,1	59,4	462	-	Кекс Домашний (шарлотка) БХП	110	38,00
6	13,6	53,6	352	-	Булочка Ежик БХП	80	16,00
0,99	0,06	18,36	77,94	669а	Компот из кураги с вит С (курага, сахар, лимон.кислота, аскорб. кислота)	200	10,50
0	0	19,4	77,6	1014	Напиток с витаминами Витощка (вода, напиток Витощка)	200	7,70
0,06	0,02	13,47	54,3	621	Чай с вареньем (чай, варенье)	200/20	11,70
-	-	-	-	-	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

ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР  
КАЛЬКУЛЯТОР  
ЗАВ ПРОИЗВОДСТВОМ

*Handwritten signatures and stamps of the school director and calculator.*

А.М.ШАХОВА  
С.А.БАТУРИНА

<http://комбинат-уу.рф>