

Без ГМО и пищевых добавок

МКП «Городской комбинат школьного питания»

М Е Н Ю школы № 29

На 23 ноября 2022 г.

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

Согласовано
Директор школы № 29

Б	Ж	У	ЭЦ к/ккал	№ ТТК	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб.
Завтрак 7-11 лет							
3,43	2,44	11,48	81,55	868	Бутерброд с сыром (сыр Российский, хлеб пшен.)	10/20	10,45
3,77	4,35	20,76	137,26	53	Каша молочная «Улыбка» с маслом (хлопья «Геркулес», крупа рисовая, молока, вода, сахар, соль.)	100/10	17,56
12,09	8,99	25,80	232,39	183	Пудинг из творога со сгущенным молоком (творог, сахар-песок, яйцо, масло слив., сметана, крупа манная, соль йодир., молоко сгущ.)	70/20	38,25
1,36	1,41	2,14	26,69	1009	Чай с молоком (чай, молоко, вода)	200	6,28
0,54	0,54	13,23	59,94	-	Яблоко свежее	135	12,46
21,19	17,73	73,41	537,83		Итого	565	85,00
Льготное питание							
Завтрак 12 лет и старше							
4,45	5,14	24,53	162,21	53	Каша молочная «Улыбка» с маслом (хлопья «Геркулес», крупа рисовая, молока, вода, сахар, соль.)	120/10	19,35
16,11	11,98	34,39	309,85	183	Пудинг из творога со сгущенным молоком (творог, сахар-песок, яйцо, масло слив., сметана, крупа манная, соль йодир., молоко сгущ.)	90/30	51,17
1,36	1,41	2,14	26,69	1009	Чай с молоком (чай, молоко, вода)	200	6,28
1,88	0,25	12,75	60,75	-	Хлеб пшеничный йодированный	25	1,90
0,49	0,49	12,05	54,61	-	Яблоко свежее	123	11,30
24,29	19,27	85,86	614,11		Итого	603	90,00
Льготное питание							
Обед 7-11 лет							
0,77	0,14	2,66	14,98	982	Закуска порционированная (помидоры свежие)	70	15,38
4,37	8,02	13	141,62	17	Уха Рыбацкая (картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное, масло сливочное, сайра)	20/200	30,88
7,85	9,58	11,04	161,75	193	Тефтели I вариант с соусом крас. основн (говядина, лук, хлеб, мука, соль, масло подсолн., вода) 80/30.	110	37,41
5,56	5,06	42,67	238,49	310	Гарнир Забава (крупа гречневая, крупа рисовая, масло слив., соль йод.)	180	13,88
0,57	0	19,55	80,48	611	Компот из смеси сухофруктов с витамином С (смесь сухофруктов, вода, сахар, лимонная кислота, аскорбиновая кислота)	200	4,25
1,95	0,26	13,26	63,18	-	Хлеб пшеничный йодированный	26	1,97
1,32	0,24	7,92	39,12	-	Хлеб ржаной	20	1,23
22,39	23,3	110,1	739,62		Итого	826	105,00
Льготное питание							
Обед 12 лет и старше							
1,10	0,20	3,80	21,40	982	Закуска порционированная (помидоры свежие)	100	21,97
5,46	10,02	16,25	177,02	17	Уха Рыбацкая (картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное, масло сливочное, сайра)	25/250	38,61
8,56	10,45	12,04	176,45	193	Тефтели I вариант с соусом крас. основн (говядина, лук, хлеб, мука, соль, масло подсолн., вода, томатная паста) 80/40	120	37,93
5,56	5,06	42,67	238,49	310	Гарнир Забава (крупа гречневая, крупа рисовая, масло слив., соль йод.)	180	13,88
0,57	0	19,55	80,48	611	Компот из смеси сухофруктов с витамином С (смесь сухофруктов, вода, сахар, лимонная кислота, аскорбиновая кислота)	200	4,25
2,10	0,28	14,28	68,04	-	Хлеб пшеничный йодированный	28	2,13
1,32	0,24	7,92	39,12	-	Хлеб ржаной	20	1,23
24,67	26,25	116,51	801		Итого	923	120,00
Льготное питание							
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	18,92
0	0	9,08	36,32	663	Чай с сахаром (чай, сахар-песок)	200	1,84
10,42	5,14	39,28	245,06		Итого	275	20,76

ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР

КАЛЬКУЛЯТОР

ЗАВ ПРОИЗВОДСТВОМ

А.М.ШАХОВА

С.А.БАТУРИНА

<http://комбинат-уу.pf>