

Без ГМО
и
пищевых добавок

«Городской комбинат школьного питания»
М Е Н Ю школы № _____
с 17.02.2025-21.02.2025 года



Б	Ж	У	ЭЦ ккал	№ ТТК	Наименование блюда			
НЕДЕЛЯ 4								
ПОНЕДЕЛЬНИК								
Завтрак 7-11 лет								
5,62	3,64	25,98	159,16	83	Каша молочная «Улыбка» без сахара (крупа рисовая, овсяные хлопья «Геркулес», молоко, сыр, ваниль)	160	20,58	
8,46	7,77	22,82	195,97	1115	Бутерброд с сыром на батоне (батон нарезной, сыр Российский) 21/45	66	35,29	
1,51	1,13	3,53	30,33	1066	Кофейный напиток злаковый без сахара (кофейный напиток, молоко)	200	11,33	
1,40	0,40	22,80	100,40	-	Сок фруктовый в п/у	1/200	22,80	
16,93	12,94	74,93	483,86		Итого	626	90,00	
							90,00	
Льготное питание								
Завтрак 12 лет и старше								
8,08	5,27	37,35	228,79	83	Каша молочная «Улыбка» без сахара (крупа рисовая, овсяные хлопья «Геркулес», молоко, сыр, ваниль)	230	29,59	
8,28	7,65	32,27	191,07	1115	Бутерброд с сыром на батоне (батон нарезной, сыр Российский) 22/43	65	36,28	
1,51	1,13	3,53	30,33	1066	Кофейный напиток злаковый без сахара (кофейный напиток, молоко)	200	11,33	
1,40	0,40	22,80	100,40	-	Сок фруктовый в п/у	1/200	22,80	
19,27	14,41	85,95	850,55		Итого	695	100,00	
							100,00	
Льготное питание								
Обед 7-11 лет								
4,87	7,09	9,28	128,49	1112	Суп лапша с фрикадельками (фрикадельки мясные, лапша Экзотик, лук репчатый, морковь, масло растит., соль, болгар.) 20/180	200	24,22	
10,67	16,29	11,17	757,96	246	Котлета «Домашняя» с соусом красным (говядина, свиная, батон, соль, лук, куриный бульон, яйца, чеснок сушеный, масло растит., сок красный) 80/20	100	46,93	
6,20	4,74	17,98	210,36	632	Гарнир каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, соль, лук, масло раст.)	150	13,88	
1,36	1,41	2,14	26,69	603	Чай с молоком. (Чай, молоко, вода)	200	9,21	
2,33	0,28	15,77	75,33	-	Хлеб пшеничный йодированный	28	2,96	
1,40	0,40	22,80	100,40	-	Сок фруктовый в п/у	1/200	22,80	
26,83	31,11	99,14	784,23		Итого	878	120,00	
							120,00	
Льготное питание								
Обед 12 лет и старше								
6,82	11,18	12,99	179,88	1112	Суп лапша с фрикадельками (фрикадельки мясные, лапша Экзотик, лук репчатый, морковь, масло растит., соль, болгар.) 30/250	280	35,62	
11,71	17,92	12,28	257,34	246	Котлета «Домашняя» с соусом красным (говядина, свиная, батон, соль, лук, куриный бульон, яйца, чеснок сушеный, масло растит., сок красный) 80/30	110	47,75	
7,47	5,69	45,58	263,23	632	Гарнир каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, соль, лук, масло раст.)	180	16,66	
1,36	1,41	2,14	26,69	603	Чай с молоком. (Чай, молоко, вода)	200	9,21	
2,33	0,28	15,77	75,33	-	Хлеб пшеничный йодированный	28	2,96	
1,40	0,40	22,80	100,40	-	Сок фруктовый в п/у	1/200	22,80	
31,07	36,88	111,86	902,88		Итого	998	135,00	
							135,00	
Льготное питание								
ВТОРНИК								
Завтрак 7-11 лет								
0,63	0,04	1,30	8,04	-	Закуска поршионированная (горошек зелёный)	20	9,23	

15,80	6,73	14,49	231,71	1069	Котлеты рубленые из курицы с соусом белым (филе куриное, хлеб пшени., яйцо, соль йод., соус белый ост.)	80/20	45,64
3,09	4,47	20,10	132,99	371	Пюре картофельное (картофель, молоко, масло слив., соль йод.)	150	29,69
0,04	0,00	0,11	0,60	431	Чай с лимоном без сахара (Чай, лимон, вода)	200/4	2,00
2,48	0,33	16,83	80,19	-	Хлеб пшеничный йодированный	33	3,44
22,03	11,57	52,83	453,53		Итого	507	90,00
					Льготное питание		90,00
					<u>Завтрак 12 лет и старше</u>		
0,78	0,05	1,63	10,05	-	Закуска порционированная (горошек зелёный)	25	11,53
17,38	7,40	15,94	248,88	1116	Котлеты рубленые из курицы с соусом белым	80/30	46,29
3,91	5,66	25,46	178,45	371	Пюре картофельное (картофель, молоко, масло слив., соль йод.)	190	37,57
0,04	0,00	0,11	0,60	431	Чай с лимоном без сахара (Чай, лимон, вода)	200/4	2,00
2,48	0,33	16,83	80,19	-	Хлеб пшеничный йодированный	25	2,61
24,59	13,44	59,97	518,17		Итого	554	100,00
					Льготное питание		100,00
					<u>Обед 7-11 лет</u>		
1,76	4,89	8,29	84,21	197	Щи из свежей капусты с картофелем (картофель, капуста св., лук репч., морковь, томат паста, масло подсолн., соль йодир.)	250	11,93
16,43	24,71	35,56	430,36	523	Плов из говядины с овощами (говядина, крупа рисовая, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолн., соль йод.) 50/150	200	76,41
0,04	0,00	0,11	0,60	431	Чай с лимоном без сахара (Чай, лимон, вода)	200/4	2,00
3,00	0,4	20,40	97,20	-	Хлеб пшеничный йодированный	40	4,17
2,11	0,38	12,67	62,59		Хлеб ржаной	32	2,69
1,40	0,4	22,80	100,40		Сок фруктовый в п/у	1/200	22,80
24,74	30,78	99,83	775,36		Итого	926	120,00
					Льготное питание		120,00
					<u>Обед 12 лет и старше</u>		
1,76	4,89	8,29	84,21	197	Щи из свежей капусты с картофелем (картофель, капуста св., лук репч., морковь, томат паста, масло подсолн., соль йодир.)	250	11,93
18,25	27,46	39,51	478,18	523	Плов из говядины с овощами (говядина, крупа рисовая, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолн., соль йод.) 50/150	200	92,68
0,04	0,00	0,11	0,60	431	Чай с лимоном без сахара (Чай, лимон, вода)	200/4	2,00
2,63	0,35	17,85	85,05	-	Хлеб пшеничный йодированный	35	3,65
1,52	0,28	9,11	44,99		Хлеб ржаной	23	1,94
1,40	0,4	22,80	100,40		Сок фруктовый в п/у	1/200	22,80
25,6	33,38	97,67	793,43		Итого	912	135,00
					Льготное питание		135,00
					<u>СРЕДА</u>		
					<u>Завтрак 7-11 лет</u>		
6,90	7,11	30,67	204,28	515	Каша вязкая молочная из гречневой крупы без сахара с маслом (крупа гречневая, молоко, соль йод., масло слив.) 170/6	176	26,65
9,30	8,59	25,01	204,55	1115	Бутерброд с сыром на батоне (батон нарезной, сыр Российский) 20/37	57	32,53
1,36	1,41	2,14	26,69	603	Чай с молоком (Чай, молоко, вода)	200	9,21
0,88	0,22	8,25	38,50		Мандарин	110	21,61
18,44	17,33	66,07	474,02		Итого	543	90,00
					Льготное питание		90,00
					<u>Завтрак 12 лет и старше</u>		
7,56	7,79	33,58	234,61	515	Каша вязкая молочная из гречневой крупы без сахара с маслом (крупа гречневая, молоко, соль йод., масло слив.) 210/9	219	35,29
9,35	8,69	25,55	214,55	1115	Бутерброд с сыром на батоне (батон нарезной, сыр Российский) 20/39	59	32,91

1,36	1,41	2,14	26,69	603	Чай с молоком. (Чай, молоко, вода)	200	9,21
0,92	0,23	8,63	40,25		Мандарин	115	22,59
19,19	18,12	69,9	516,1		Итого	593	100,00
					Льготное питание		100,00
					Обед 7-11 лет		
5,31	7,10	13,21	137,94	581	Суп картофельный в овсяными хлопьями и фрикадельками 30/200 (фрикадельки мясные, картофель, хлопья овсяные, лук репч., морковь, масло раст., соль йод., приправа)	230	36,61
11,22	9,48	36,00	276,60	448	Макаронные изделия «Карбонара» (макаронные изделия, морковь, томатная паста, масло сливочное, соль йод.)	200	35,55
0,15	0	14,61	59,04		Чай с медом (чай, мед)	200/20	14,53
2,85	0,38	19,38	92,34	-	Хлеб пшеничный йодированный	38	3,96
2,31	0,42	13,86	68,46		Хлеб ржаной	35	2,95
0	0	13,75	55,00		Пюре фруктовое	1/125	26,40
21,84	17,38	110,81	689,38		Итого	848	120,00
					Льготное питание		120,00
					Обед 12 лет и старше		
6,92	9,26	17,23	179,92	581	Суп картофельный в овсяными хлопьями и фрикадельками 30/270 (фрикадельки мясные, картофель, хлопья овсяные, лук репч., морковь, масло раст., соль йод., приправа)	300	40,46
14,59	12,32	47,58	359,58	448	Макаронные изделия «Карбонара» (макаронные изделия, морковь, томатная паста, масло сливочное, соль йод.)	260	46,15
0,15	0	14,61	59,04		Чай с медом (чай, мед)	200/20	14,53
3,00	0,4	20,40	97,20	-	Хлеб пшеничный йодированный	40	4,17
2,31	0,42	13,86	68,46		Хлеб ржаной	39	3,29
0	0	13,75	55,00		Пюре фруктовое	1/125	26,40
26,97	22,4	127,43	819,2		Итого	984	135,00
					Льготное питание		135,00
					ЧЕТВЕРГ		
					Завтрак 7- 11 лет		
5,08	4,60	0,28	62,84	776	Яйцо вареное	40	19,50
6,42	2,62	32,36	178,72	515	Каша вязкая молочная из пшеничной крупы без сахара (крупы пшеничная, молоко, соль йод.)	160	15,87
2,97	10,35	19,83	184,3	1 116	Бутерброд с маслом на батоне 15/36 (Масло сл., батон в/с БХП)	51	28,25
1,51	1,13	3,53	30,33	1066	Кофейный напиток злаковый без сахара (кофейный напиток, молоко)	200	11,33
0,48	0,48	11,76	53,28	-	Яблоко свежее	120	15,05
16,46	19,18	67,76	509,47		Итого	571	90,00
					Льготное питание		90,00
					Завтрак 12 лет и старше		
5,08	4,60	0,28	62,84	776	Яйцо вареное	40	19,50
6,42	2,62	32,36	178,72	515	Каша вязкая молочная из пшеничной крупы без сахара (крупы пшеничная, молоко, соль йод.)	250	24,80
3,38	11,77	22,55	209,6	1 116	Бутерброд с маслом на батоне 15/43 (Масло сл., батон в/с БХП)	58	29,32
1,51	1,13	3,53	30,33	1066	Кофейный напиток злаковый без сахара (кофейный напиток, молоко)	200	11,33
0,48	0,48	11,76	53,28	-	Яблоко свежее	120	15,05
16,87	20,6	70,48	534,77		Итого	668	100,00
					Льготное питание		100,00
					Обед 7-11 лет		
8,41	9,21	17,26	185,62	157	Суп картофельный с бобовыми, фрикадельками и гречками (фрикадельки мясные, картофель, горох, морковь, лук репч., соль йодир., масло раст., гречки) 10/180/10	200	18,36
23,18	13,40	0,63	215,84	523	Голень куриная запеченая (голень куриная, сметана, чеснок, соль йод., масло раст., паприка)	100	61,26
4,63	4,22	35,56	198,7	310	Гарнир "Забава" (Крупа гречневая, крупа рисовая, вода, масло сл., соль йод.)	150	14,72

0,19	0,04	0,03	1,33	1 009	Чай черный (Чай, вода)	200	0,67
1,58	0,21	10,71	51,03	-	Хлеб пшеничный йодированный	21	2,19
1,40	0,4	22,80	100,40		Сок фруктовый в п/у	1/200	22,80
39,39	27,48	86,99	752,96		Итого	800	120,00
					Льготное питание		120,00
					Обед 12 лет и старше в т.ч ОВЗ		
11,78	12,90	24,17	259,87	157	Суп картофельный с бобовыми, фрикадельками и гречками (фрикадельки мясные, картофель, горох, морковь, лук репч., соль йодир., масло раст., гречка) 20/250/10	280	30,32
23,18	13,40	0,63	215,84	523	Голень куриная запеченая (голень куриная, сметана, чеснок, соль йод., масло раст., приправа)	100	61,26
5,56	5,06	42,67	238,4	310	Гарнир "Забава" (Крупа гречневая, крупа рисовая, вода, масло сл., соль йод.)	180	17,66
0,19	0,04	0,03	1,33	1 009	Чай черный (Чай, вода)	200	0,67
1,65	0,22	11,22	53,46	-	Хлеб пшеничный йодированный	22	2,29
1,40	0,4	22,80	100,40		Сок фруктовый в п/у	1/200	22,80
43,76	32,02	101,52	869,3		Итого	982	135,00
					Льготное питание		135,00
					ПЯТНИЦА		
					Завтрак 7-11 лет		
3,02	3,84	0,00	46,58	-	Сыр порциями	13	17,26
10,69	14,88	8,44	210,44	222	Ёжики мясные с соусом красным 80/30 (Говядина, свинина, крупа рисовая, вода, лук репч., соль йод., соус красный основной)	110	47,12
5,42	4,07	31,80	185,45	307	Макаронные изделия отварные. (Макаронные изделия, вода, масло сл., соль йод.)	150	19,97
0,04	0,00	0,11	0,60	431	Чай с лимоном без сахара (Чай, лимон, вода)	200/4	2,00
2,63	0,35	17,85	85,05	-	Хлеб пшеничный йодированный БХП	35	3,65
21,8	23,14	58,2	528,12		Итого	512	90,00
					Льготное питание		90,00
					Завтрак 12 лет и старше		
3,71	4,72	0	57,33	-	Сыр порциями	16	21,23
10,69	14,88	8,44	210,44	222	Ёжики мясные с соусом красным 80/30 (Говядина, свинина, крупа рисовая, вода, лук репч., соль йод., соус красный основной)	110	47,12
7,22	5,42	42,40	247,26	307	Макаронные изделия отварные. (Макаронные изделия, вода, масло сл., соль йод.)	200	26,63
0,04	0,00	0,11	0,60	431	Чай с лимоном без сахара (Чай, лимон, вода)	200/4	2,00
2,18	0,29	14,79	70,47	-	Хлеб пшеничный йодированный БХП	29	3,02
23,84	25,31	65,74	586,1		Итого	559	100,00
					Льготное питание		100,00
					Обед 7-11 лет		
1,77	4,87	10,61	93,36	165	Борщ с капустой и картофелем со сметаной (картофель, капуста, морковь, лук репч., свекла, томат паста, масло раст., соль йод., сметана) 200/10	210	16,02
16,36	41,23	50,06	606,77	1084	Пельмени отварные с маслом (пельмени и/ф. приправа универсальная, лавровый лист, соль йод., масло слив.) 170/5	175	80,60
0,57	0,00	10,47	44,16	611	Компот из смеси сухофруктов с витамином С без сахара (Смесь сухофруктов, лимон.кислота, аскорб.кислота)	200	3,22
2,78	0,37	18,87	89,91	-	Хлеб пшеничный йодированный	37	3,86
0,52	0,52	12,64	57,28	-	Яблоко свежее	130	16,30
22	46,99	102,65	891,48		Итого	752	120,00
					Льготное питание		120,00
					Обед 12 лет и старше		
2,19	6,03	13,14	115,59	165	Борщ с капустой и картофелем со сметаной (картофель, капуста, морковь, лук репч., свекла, томат паста, масло раст., соль йод., сметана) 250/10	260	18,56
21,31	53,72	65,22	639,63	1084	Пельмени отварные с маслом (пельмени и/ф. приправа	205	93,48

					универсальная, лавровый лист, соль бол., масло слив.) 220/8		
0,57	0,00	10,47	44,16	611	Компот из смеси сухофруктов с витамином С без сахара (Смесь сухофруктов, лимон. кислота, аскорб. кислота)	200	3,22
2,48	0,33	16,83	80,19	-	Хлеб пшеничный йодированный	33	3,44
0,52	0,52	12,64	57,28	-	Яблоко свежее	130	16,30
27,07	60,6	118,3	936,85		Итого	828	135,00
					Льготное питание		135,00

ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР

А.М.ШАХОВА

КАЛЬКУЛЯТОР

А.П.МАЛЫГИНА

ЗАБ ПРОИЗВОДСТВОМ

