

Без ГМО  
и  
пищевых добавок

«Городской комбинат школьного питания

М Е Н Ю школы № \_\_\_\_\_

С 27.01.2025-31.01.2025 года



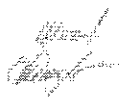
Б	Ж	У	ЭЦ ккал	№ ТТК	Наименование блюда		
<b>НЕДЕЛЯ 4</b>							
<b>ПОНЕДЕЛЬНИК</b>							
<b>Завтрак 7-11 лет</b>							
5,65	5,95	19,15	182,78	578	Каша манная молочная (жидкая) с маслом без сахара (крупа манная, молоко, соль йод., масло слив.) 150/8	158	27,37
6,88	6,35	18,50	178,71	1115	Бутерброд с сыром на батоне (сыр Российский, батон парезной.) 20/34	54	32,18
1,36	1,41	2,14	26,69	603	Чай с молоком (чай, молоко)	200	9,21
0,88	0,25	14,25	62,77	-	Сок фруктовый в п/у	125	21,24
14,77	13,96	54,04	450,95		<b>Итого</b>	<b>537</b>	<b>90,00</b>
					<b>Льготное питание</b>		<b>90,00</b>
<b>Завтрак 12 лет и старше</b>							
8,22	8,67	27,88	252,40	578	Каша молочная манная (жидкая) с маслом без сахара (крупа манная, молоко, соль йод., масло слив.) 220/10	230	37,54
6,75	6,24	18,16	185,77	1115	Бутерброд с сыром на батоне (сыр Российский, батон парезной.) 20/33	53	32,01
1,36	1,41	2,14	26,69	603	Чай с молоком (чай, молоко)	200	9,21
0,88	0,25	14,25	62,77	-	Сок фруктовый в п/у	125	21,24
17,21	16,57	62,43	527,63		<b>Итого</b>	<b>608</b>	<b>100,00</b>
					<b>Льготное питание</b>		<b>100,00</b>
<b>Обед 7-11 лет</b>							
1,37	2,98	0,88	35,82		Сыр в индивидуальной упаковке	18	21,00
3,40	4,40	1,16	57,82	1079	Бульон с мясными фрикадельками (фрикадельки мясные, морковь, лук репчатый, приправа универсальная) 20/200	220	18,43
10,82	18,25	11,82	254,78	1055	Котлета мясная с соусом красным (говядина, свиная, батон, соль йод., сахар пшенич., яйцо, чеснок сушеный, масло раст., соус красный ост.) 80/20	100	46,75
6,20	4,74	37,98	219,36	632	Гарнир каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, соль йод., масло сл.)	150	13,87
0,31	0	0,11	0,60	431	Чай с лимоном без сахара (чай, лимон)	200/4	2,00
1,98	0,36	11,88	58,68	-	Хлеб ржаной	30	2,53
0,49	0,49	12,05	54,61	-	Яблоко свежее	123	15,42
24,66	31,22	75,88	681,67		<b>Итого</b>	<b>845</b>	<b>120,00</b>
					<b>Льготное питание</b>		<b>120,00</b>
<b>Обед 12 лет и старше</b>							
1,37	2,98	0,88	35,82		Сыр в индивидуальной упаковке	18	21,00
4,32	5,60	1,47	73,59	1079	Бульон с мясными фрикадельками (фрикадельки мясные, морковь, лук репчатый, приправа универсальная) 30/250	280	27,37
11,90	20,08	13,00	280,26	1055	Котлета мясная с соусом красным (говядина, свиная, батон, соль йод., сахар пшенич., яйцо, чеснок сушеный, масло раст., соус красный ост.) 80/30	110	47,56
7,85	6,00	48,11	277,86	632	Гарнир каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, соль йод., масло сл.)	190	17,57
0,31	0	0,11	0,6	431	Чай с лимоном без сахара (чай, лимон)	200/4	2,00
2,51	0,46	15,05	74,33	-	Хлеб ржаной	38	3,20
0,52	0,52	12,74	57,72	-	Яблоко свежее	130	16,30
28,51	35,64	91,36	800,18		<b>Итого</b>	<b>970</b>	<b>135,00</b>
					<b>Льготное питание</b>		<b>135,00</b>
<b>ВТОРНИК</b>							
<b>Завтрак 7-11 лет</b>							
10,63	13,66	56,01	389,50	1096	Вареники с картофельным фаршем с маслом (вареники с картофелем, соль, масло сливочное) 170/10	180	56,75
1,36	1,41	2,14	26,69	603	Чай с молоком (чай, молоко)	200	9,21
2,33	0,31	15,81	75,33	-	Хлеб пшеничный йодированный	31	3,23

0,48	0,48	11,66	52,84	-	Яблоко свежее	111	14,90
<b>14,25</b>	<b>27,82</b>	<b>60,87</b>	<b>550,91</b>		<b>Итого</b>	<b>538</b>	<b>90,00</b>
					<b>Льготное питание</b>		<b>90,00</b>
					<b>Завтрак 12 лет и старше</b>		
13,86	32,44	42,49	517,35	1084	Пельмени отварные в бульоне (пельмени п/ф, приправа универсальная, лавровый лист, соль йод.) 200/40	240	79,64
0,19	0,04	0,03	1,33	1009	Чай черный (чай-заварка, вода)	200	0,67
2,25	0,30	15,30	72,90	-	Хлеб пшеничный йодированный	30	3,13
0,53	0,53	12,94	58,61	-	Яблоко свежее	132	16,56
<b>16,83</b>	<b>33,31</b>	<b>70,76</b>	<b>650,19</b>		<b>Итого</b>	<b>602</b>	<b>100,00</b>
					<b>Льготное питание</b>		<b>100,00</b>
					<b>Обед 7-11 лет</b>		
3,16	6,42	7,15	169,03	197/998	Щи из свежей капусты с картофелем фрикадельками (фрикадельки мясные, картофель, лук репч., морковь, капуста св., томат. паста, масло подсолн., соль йодир.) 20/200	220	27,36
12,82	5,27	8,44	192,43	272	Биточки рыбные по-домашнему с соусом белым основным (филе минтая, крупа рисовая лук репчатый, масло слив., сухарь панир., соль йод., соус белый осн.) 80/20	100	39,26
3,09	4,47	20,10	202,99	371	Пюре картофельное (картофель, молоко, масло слив., соль йод.)	150	33,53
0,04	0	0,11	0,6	431	Чай с лимоном без сахара (чай лимон)	200/4	2,00
2,25	0,30	15,30	72,90	-	Хлеб пшеничный йодированный	30	3,13
0,47	0,47	11,56	52,39	-	Яблоко свежее	118	14,72
<b>21,83</b>	<b>16,93</b>	<b>62,66</b>	<b>690,34</b>		<b>Итого</b>	<b>822</b>	<b>120,00</b>
					<b>Льготное питание</b>		<b>120,00</b>
					<b>Обед 12 лет и старше в т.ч ОВЗ</b>		
3,87	7,88	8,77	229,53	197/998	Щи из свежей капусты с картофелем фрикадельками (фрикадельки мясные, картофель, лук репч., морковь, капуста св., томат. паста, масло подсолн., соль йодир.) 20/250	270	29,84
14,10	5,79	9,28	245,67	272	Биточки рыбные по-домашнему с соусом белым основным (филе минтая, крупа рисовая лук репчатый, масло слив., сухарь панир., соль йод., соус белый осн.) 80/30	110	39,78
4,12	5,96	26,80	257,32	371	Пюре картофельное (картофель, молоко, масло слив., соль йод.)	200	44,70
0,04	0	0,11	0,6	431	Чай с лимоном без сахара (чай лимон)	200/4	2,00
2,63	0,35	17,85	85,05	-	Хлеб пшеничный йодированный	35	3,65
0,48	0,48	11,76	53,28	-	Яблоко свежее	120	15,03
<b>25,24</b>	<b>20,46</b>	<b>74,57</b>	<b>871,45</b>		<b>Итого</b>	<b>939</b>	<b>135,00</b>
					<b>Льготное питание</b>		<b>135,00</b>
					<b>Завтрак 7-11 лет</b>		
5,46	2,62	24,31	142,62	898	Каша вязкая молочная из ячневой крупы без сахара (крупа ячневая, молоко, соль йод.)	160	15,34
2,97	10,35	19,83	184,37	1116	Бутерброд с маслом на батоне (батон БХП, масло слив.) 13/38	51	25,49
1,51	1,13	3,53	30,33	1066	Кофейный напиток злаковый без сахара (кофейный напиток, молоко)	200	10,96
2,00	6,4	19,00	140,00		Напиток овсяный в п/у	1/200	38,21
<b>11,94</b>	<b>20,5</b>	<b>66,67</b>	<b>497,32</b>		<b>Итого</b>		
					<b>Льготное питание</b>		<b>90,00</b>
					<b>Завтрак 12 лет и старше</b>		
7,50	3,60	33,43	196,10	898	Каша вязкая молочная из ячневой крупы без сахара (крупа ячневая, молоко, соль йод.)	220	21,10
3,50	12,18	23,33	216,90	1116	Бутерброд с маслом на батоне (батон БХП, масло слив.) 15/45	60	29,73
1,51	1,13	3,53	30,33	1066	Кофейный напиток злаковый без сахара (кофейный напиток, молоко)	200	10,96
2,00	6,4	19,00	140,00		Напиток овсяный в п/у	1/200	38,21
<b>14,51</b>	<b>23,31</b>	<b>79,29</b>	<b>583,33</b>		<b>Итого</b>	<b>556</b>	<b>100,00</b>
					<b>Льготное питание</b>		<b>100,00</b>
					<b>Обед 7-11 лет</b>		
5,06	5,49	19,94	149,42	157	Суп картофельный с бобовыми и гренками (картофель, горох, морковь, лук репч., соль йодир., масло растит., гренки) 200/10	210	11,16

10,53	11,22	3,23	166,09	550	Гуляш мясной (говядина, лук репчатый, мука, томатная паста, масло подсол., соль йод.) 45/45	90	67,15
3,60	4,78	36,44	203,23	552	Рис отварной (крупа рисовая, масло сливочное, соль йод.)	150	18,29
0,99	0,06	9,28	41,62	669	Компот из кураги с витамином С без сахара (курага, лимонная кислота, аскорбиновая кислота)	200	6,52
1,88	0,25	12,75	60,75	-	Хлеб пшеничный йодированный	25	2,61
0,46	0,46	11,17	50,62	-	Яблоко свежее	114	14,27
<b>22,52</b>	<b>22,26</b>	<b>92,81</b>	<b>671,73</b>		<b>Итого</b>	<b>789</b>	<b>120,00</b>
					<b>Льготное питание</b>		<b>120,00</b>
					<b>Обед 12 лет и старше</b>		
6,26	6,80	24,69	185,00	157	Суп картофельный с бобовыми и гречками (картофель, горох, морковь, лук репч., соль йодир., масло растит., гречки) 250/10	260	13,75
11,70	12,47	3,59	183,43	550	Гуляш мясной (говядина, лук репчатый, мука, томатная паста, масло подсол., соль йод.) 50/50	100	74,62
4,33	5,74	43,73	243,88	552	Рис отварной (крупа рисовая, масло сливочное, соль йод.)	180	21,95
0,99	0,06	9,28	41,62	669	Компот из кураги с витамином С без сахара (курага, лимонная кислота, аскорбиновая кислота)	200	6,52
2,25	0,30	15,30	72,90	-	Хлеб пшеничный йодированный	30	3,13
0,48	0,48	11,76	53,28	-	Яблоко свежее	120	15,03
<b>26,01</b>	<b>25,85</b>	<b>108,35</b>	<b>780,11</b>		<b>Итого</b>	<b>890</b>	<b>135,00</b>
					<b>Льготное питание</b>		<b>135,00</b>
					<b>Завтрак 7-11 лет</b>		
12,98	21,90	14,18	305,74	1055	Котлета мясная с соусом красным основным (говядина, свинина, лук репч., сухари панир., соль йод, чеснок суш., яйцо, соус красн. осн.) 80/40	120	48,36
2,98	5,87	18,63	139,27	867	Пюре овощное (картофель, морковь, молоко, масло слив., соль йод.)	150	35,26
0,04	0	0,11	0,6	431	Чай с лимоном без сахара (чай, лимон)	200/4	2,00
3,15	0,42	21,42	102,06	-	Хлеб пшеничный йодированный	42	4,38
<b>19,15</b>	<b>28,19</b>	<b>54,34</b>	<b>547,67</b>		<b>Итого</b>	<b>516</b>	<b>90,00</b>
					<b>Льготное питание</b>		<b>90,00</b>
					<b>Завтрак 12 лет и старше</b>		
12,98	21,90	14,18	305,74	1055	Котлета мясная с соусом красным основным (говядина, свинина, лук репч., сухари панир., соль йод, чеснок суш., яйцо, соус красн. осн.) 80/40	120	48,36
3,77	7,44	23,602	176,41	867	Пюре овощное (картофель, морковь, молоко, масло слив., соль йод.)	190	44,63
0,04	0	0,11	0,6	431	Чай с лимоном без сахара (чай, лимон)	200/4	2,00
3,60	0,48	24,48	116,64	-	Хлеб пшеничный йодированный	48	5,01
<b>20,39</b>	<b>29,82</b>	<b>62,372</b>	<b>599,39</b>		<b>Итого</b>	<b>562</b>	<b>100,00</b>
					<b>Льготное питание</b>		<b>100,00</b>
					<b>Обед 7-11 лет</b>		
6,09	4,60	26,66	172,40	824	Суп Кудрявый (картофель, морковь, лук репчатый, крупа пшено, яйцо, масло подсол., соль йод.)	230	29,84
22,36	29,67	0,13	256,99	1105	Бедрьшки куриные запеченные (бедро куриное, сметана, соль йод., масло подсолнечное)	100	60,71
5,78	4,34	33,92	167,81	307	Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, масло сливочное, соль йод.)	160	21,29
0,57	0	10,47	44,13	611a	Компот из смеси сухофруктов с витамином С без сахара (сухофрукты, витамин С.)	200	3,22
2,10	0,28	14,28	68,04	-	Хлеб пшеничный йодированный	28	2,92
1,58	0,29	9,50	46,94	-	Хлеб ржаной	24	2,02
<b>38,48</b>	<b>39,18</b>	<b>94,96</b>	<b>756,31</b>		<b>Итого</b>	<b>742</b>	<b>120,00</b>
					<b>Льготное питание</b>		<b>120,00</b>
					<b>Обед 12 лет и старше</b>		
7,47	5,65	32,71	211,58	824	Суп Кудрявый (картофель, морковь, лук репчатый, крупа пшено, яйцо, масло подсол., соль йод.)	270	34,99
24,60	32,64	0,14	292,69	1105	Бедрьшки куриные запеченные (бедро куриное, сметана, соль йод., масло подсолнечное)	110	66,78
6,86	5,15	40,28	214,90	307	Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, масло сливочное, соль йод.)	190	25,28
0,57	0	10,47	44,13	611a	Компот из смеси сухофруктов с витамином С без сахара (сухофрукты, витамин С.)	200	3,22
1,95	0,26	13,26	63,18	-	Хлеб пшеничный йодированный	26	2,71
1,58	0,29	9,50	46,94	-	Хлеб ржаной	24	2,02

43,03	43,99	106,36	873,42		<b>Итого</b>	<b>820</b>	<b>135,00</b>
					<b>Льготное питание</b>		<b>135,00</b>
7,27	6,21	31,07	209,26	515	Каша вязкая молочная из пшенной крупы с маслом без сахара (крупя пшено, молоко, соль йод., масло сл.) 180/5	185	25,31
8,15	7,53	21,93	188,10	1115	Бутерброд с сыром на батоне (сыр Российский, батон нарезной.) 24/40	64	38,48
1,51	1,13	3,53	30,33	1066	Кофейный напиток злаковый без сахара (кофейный напиток, молоко)	200	10,96
0,49	0,49	11,96	54,17	-	Яблоко свежее	122	15,25
17,42	15,36	68,49	481,86		<b>Итого</b>	<b>571</b>	<b>90,00</b>
					<b>Льготное питание</b>		<b>90,00</b>
					<b>Завтрак 12 лет и старше</b>		
9,04	7,72	38,63	260,16	515	Каша вязкая молочная из пшенной крупы с маслом без сахара (крупя пшено, молоко, соль йод., масло сл.) 220/10	230	36,74
8,28	7,65	22,27	191,03	1115	Бутерброд с сыром на батоне (сыр Российский, батон нарезной.) 24/41	65	38,65
1,51	1,13	3,53	30,33	1066	Кофейный напиток злаковый без сахара (кофейный напиток, молоко)	200	10,96
0,44	0,44	10,68	48,40	-	Яблоко свежее	109	13,65
19,27	16,94	75,11	529,92		<b>Итого</b>	<b>604</b>	<b>100,00</b>
					<b>Льготное питание</b>		<b>100,00</b>
					<b>Обед 7-11 лет</b>		
4,77	8,74	14,18	154,49	17	Уха «Рыбачкая» с сайрой (картофель, морковь, лук репчатый, приправа Универсальная, лавровый лист, соль йод., сайра натуральная) 10/230	240	30,98
10,69	12,51	4,10	191,71	675	Мясо тушеное с морковью и луком (говядина, морковь, лук репч., масло раст., соль йод., томат паста, мука пшен.) 45/45	90	67,91
4,28	3,83	29,57	189,79	585	Перловка отварная (крупя перловая, масло слив., соль йод.)	150	10,34
0,21	0,07	2,23	10,39	667	Напиток из шиповника без сахара (шиповник, лимон)	200	5,18
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
24,1	25,78	77,04	676,42		<b>Итого</b>	<b>738</b>	<b>120,00</b>
					<b>Льготное питание</b>		<b>120,00</b>
					<b>Обед 12 лет и старше</b>		
5,76	10,57	17,14	186,68	17	Уха «Рыбачкая» с сайрой (картофель, морковь, лук репчатый, приправа Универсальная, лавровый лист, соль йод., сайра натуральная) 10/280	290	35,67
11,88	13,90	4,55	210,79	675	Мясо тушеное с морковью и луком (говядина, морковь, лук репч., масло раст., соль йод., томат паста, мука пшен.) 50/50	100	75,46
5,13	4,59	35,48	223,74	585	Перловка отварная (крупя перловая, масло слив., соль йод.)	180	12,41
0,21	0,07	2,23	10,39	667	Напиток из шиповника без сахара (шиповник, лимон)	200	5,18
2,70	0,36	18,36	87,48	-	Хлеб пшеничный йодированный	36	3,75
1,98	0,36	11,88	58,68		Хлеб ржаной	30	2,53
27,66	29,85	89,64	777,76		<b>Итого</b>	<b>825</b>	<b>135,00</b>
					<b>Льготное питание</b>		<b>135,00</b>

ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР  
КАЛЬКУЛЯТОР  
ЗАВ ПРОИЗВОДСТВОМ



А.М.ШАХОВА  
А.П.МАЛЫГИНА

