

Без ГМО  
и  
пищевых добавок



«Городской комбинат школьного питания»

М Е Н Ю школы №

С 16.12.2024-20.12.2024 года

Б	Ж	У	ЭЦ ккал	№ ТТК	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб.	
<b>НЕДЕЛЯ 4</b>								
<b>ПОНЕДЕЛЬНИК</b>								
<b>Завтрак 7-11 лет</b>								
5,08	4,60	0,28	62,84	776	Яйцо вареное	40	16,50	
6,25	6,39	21,21	169,22	578	Каша молочная манная (жидкая) 100%с маслом без сахара (крупа манная, молоко, соль под., масло слив.) 170/5	175	31,03	
4,68	3,33	13,68	111,45	868	Бутерброд с сыром (сыр Российский, хлеб пшеничный йодир.) 15/26	41	16,02	
1,51	1,13	3,53	30,33	1066	Кофейный напиток злаковый без сахара (кофейный напиток, молоко)	200	10,30	
1,40	0,40	22,80	100,40	-	Сок фруктовый в п/у	200	16,15	
18,92	16,05	63,5	474,24		<b>Итого</b>	<b>656</b>	<b>90,00</b>	
							<b>Льготное питание</b>	<b>90,00</b>
<b>Завтрак 12 лет и старше</b>								
5,08	4,60	0,28	62,84	776	Яйцо вареное	40	16,50	
7,33	7,72	24,85	198,23	578	Каша молочная манная (жидкая) 100%с маслом без сахара (крупа манная, молоко, соль под., масло слив.) 200/5	205	35,49	
6,51	4,63	21,80	154,94	868	Бутерброд с сыром (сыр Российский, хлеб пшеничный йодир.) 20/37	57	21,56	
1,51	1,13	3,53	30,33	1066	Кофейный напиток злаковый без сахара (кофейный напиток, молоко)	200	10,30	
1,40	0,40	22,80	100,40	-	Сок фруктовый в п/у	200	16,15	
21,83	18,48	73,26	546,74		<b>Итого</b>	<b>702</b>	<b>100,00</b>	
							<b>Льготное питание</b>	<b>100,00</b>
<b>Обед 7-11 лет</b>								
5,19	8,54	10,24	138,62	694	Суп лапша-домашняя с фрикадельками (фрикадельки мясные, лапша Ролтон, лук репч., морковь, масло растит., соль йодир.) 20/200	220	23,55	
10,82	18,25	11,82	234,78	1055	Котлета мясная с соусом красным (говядина, свиная, батон, соль под., сахар-пальм., яйцо, чеснок сушеный, масло раст., соус красный ост.) 80/20	100	45,00	
6,20	4,74	37,98	210,36	632	Гарнир каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, соль под., масло сл.)	150	11,30	
4,91	3,49	16,45	116,88	868	Бутерброд с сыром (сыр Российский, хлеб пшеничный йодир.) 14/29	43	13,35	
0,18	0,70	11,28	52,05	1083	Напиток из ягоды протертой (облепиха протертая, крахмал)	200	8,65	
1,40	0,40	22,80	100,40	-	Сок фруктовый в п/у	200	16,15	
18,92	16,05	110,57	862,99		<b>Итого</b>	<b>913</b>	<b>120,00</b>	
							<b>Льготное питание</b>	<b>120,00</b>
<b>Обед 12 лет и старше</b>								
5,90	9,71	11,64	157,52	694	Суп лапша-домашняя с фрикадельками (фрикадельки мясные, лапша Ролтон, лук репч., морковь, масло растит., соль йодир.) 30/220	250	32,52	
14,90	20,08	13,00	246,26	1055	Котлета мясная с соусом красным (говядина, свиная, батон, соль под., сахар-пальм., яйцо, чеснок сушеный, масло раст., соус красный ост.) 80/30	110	43,75	
7,43	5,69	45,58	263,23	632	Гарнир каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, соль под., масло сл.)	180	13,56	
5,60	3,98	18,74	135,19	868	Бутерброд с сыром (сыр Российский, хлеб пшеничный йодир.) 17/32	49	18,37	
0,18	0,79	11,28	52,95	1083	Напиток из ягоды протертой (облепиха протертая, крахмал)	200	8,65	
1,40	0,40	22,80	100,40	-	Сок фруктовый в п/у	200	16,15	
33,41	40,65	123,04	953,55		<b>Итого</b>	<b>989</b>	<b>135,00</b>	

					<b>Льготное питание</b>		<b>135,00</b>
					<b>Завтрак 7-11 лет</b>		
10,67	16,29	11,17	233,96	246/337	Котлета Домашняя с соусом красным основным (говядина, свинина, батон, соль йод., сахар, панир., яйцо, масло раст., соус красный осн.) 80/20	100	44,53
3,6	4,78	36,44	203,23	552	Рис отварной (крупа рисовая, масло слив., соль йод.)	150	15,96
0,19	0,08	11,28	46,60	1083	Напиток из ягоды протертой без сахара (смородина, протертая с сахаром.)	200	12,20
2,83	0,27	13,77	65,61	-	Хлеб пшеничный йодированный	27	2,25
0,48	0,48	11,76	53,28	-	Яблоко свежее	120	15,06
16,97	21,9	84,42	602,68		<b>Итого</b>	<b>597</b>	<b>90,00</b>
					<b>Льготное питание</b>		<b>90,00</b>
					<b>Завтрак 12 лет и старше</b>		
11,23	17,55	12,4	245,75	246/337	Котлета Домашняя с соусом красным основным (говядина, свинина, батон, соль йод., сахар, панир., яйцо, масло раст., соус красный осн.) 80/40	120	46,03
4,81	6,38	48,59	270,98	552	Рис отварной (крупа рисовая, масло слив., соль йод.)	200	21,29
0,19	0,08	11,28	46,60	1083	Напиток из ягоды протертой без сахара (смородина, протертая с сахаром.)	200	12,20
2,63	0,35	17,85	85,05	-	Хлеб пшеничный йодированный	35	2,91
0,56	0,56	13,72	62,16	-	Яблоко свежее	140	17,57
19,42	24,92	103,84	710,54		<b>Итого</b>	<b>695</b>	<b>100,00</b>
					<b>Льготное питание</b>		<b>100,00</b>
					<b>Обед 7-11 лет</b>		
7,20	10,68	10,54	167,07	165	Борщ Сибирский с фрикадельками (фрикадельки мясные, картофель, капуста, фасоль, чеснок сушеный, морковь, лук репчат., свекла, томат паста, масло раст., соль йод.) 20/230	250	26,23
19,78	10,37	9,91	200,11	1062	Сеченики Посольские из минтая с соусом белым основным (филе минтая, яичный порошок, крупа манная, лук репчатый, масло слив., соль йод., соус белый осн.) 80/40	120	39,84
3,58	7,04	22,36	167,12	867	Пюре овощное (картофель, морковь, молоко, масло слив., соль йод.)	180	31,01
0,04	0	0,11	0,6	431	Чай с лимоном без сахара (чай лимон)	200/4	1,94
3,08	0,41	20,91	99,63	-	Хлеб пшеничный йодированный	41	3,41
0,56	0,56	13,72	62,16	-	Яблоко свежее	140	17,57
23,18	29,71	64,43	696,69		<b>Итого</b>	<b>935</b>	<b>120,00</b>
					<b>Льготное питание</b>		<b>120,00</b>
					<b>Обед 12 лет и старше</b>		
9,20	12,68	13,54	207,07	165	Борщ Сибирский с фрикадельками (фрикадельки мясные, картофель, капуста, фасоль, чеснок сушеный, морковь, лук репчат., свекла, томат паста, масло раст., соль йод.) 30/250	280	35,44
19,78	10,37	9,91	200,11	1062	Сеченики Посольские из минтая с соусом белым основным (филе минтая, яичный порошок, крупа манная, лук репчатый, масло слив., соль йод., соус белый осн.) 80/40	120	39,84
4,17	8,22	26,08	204,98	867	Пюре овощное (картофель, морковь, молоко, масло слив., соль йод.)	210	36,18
0,04	0	0,11	0,6	431	Чай с лимоном без сахара (чай лимон)	200/4	1,94
3,08	0,41	20,91	99,63	-	Хлеб пшеничный йодированный	41	3,41
0,58	0,58	14,21	64,38	-	Яблоко свежее	140	18,19
36,85	32,26	84,76	776,77		<b>Итого</b>	<b>995</b>	<b>135,00</b>
					<b>Льготное питание</b>		<b>135,00</b>
					<b>Завтрак 7-11 лет</b>		
1,37	2,98	0,88	35,89	-	Сыр в индивидуальной упаковке	1/18	16,42
6,24	7,89	27,63	206,50	898	Каша молочная ячневая с маслом без сахара (крупа ячневая, молоко, соль йод., масло слив.) 180/10	190	27,22
2,90	7,20	19,31	153,61	778	Бутерброд с маслом (масло сливочное, хлеб пшеничный йодир.) 11/36	47	15,74

0,15	0	14,61	59,04	977	Чай с медом (чай, мед)	200/20	14,47
1,40	0,40	22,80	100,40	-	Сок фруктовый в п/у	200	16,15
<b>12,06</b>	<b>18,47</b>	<b>85,23</b>	<b>555,44</b>		<b>Итого</b>	<b>675</b>	<b>90,00</b>
					<b>Льготное питание</b>		<b>90,00</b>
					<b>Завтрак 12 лет и старше</b>		
1,37	2,98	0,88	35,89	-	Сыр в индивидуальной упаковке	1/18	16,42
8,21	10,38	36,36	271,71	898	Каша молочная ячневая с маслом без сахара (крупа ячневая, молоко, соль йод., масло слив.) 240/10	250	32,50
3,20	7,97	21,36	169,96	778	Бутерброд с маслом (масло сливочное, хлеб пшеничный йодир.) 15/37	52	20,46
0,15	0	14,61	59,04	977	Чай с медом (чай, мед)	200/20	14,47
1,40	0,40	22,80	100,40	-	Сок фруктовый в п/у	200	16,15
<b>14,33</b>	<b>21,73</b>	<b>96,01</b>	<b>637</b>		<b>Итого</b>	<b>740</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	129,42	157	Суп картофельный с бобовыми и гречками (картофель, горох, морковь, лук репч., соль йодир., масло растит., гречка) 200/10	210	8,35
19,16	48,30	58,64	493,94	1084	Пельмени отварные с маслом (пельмени п/ф, приправа универсальная, лавровый лист, соль йод., масло сливочное) 200/5	205	85,65
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
3,00	0,40	20,40	97,20	-	Хлеб пшеничный йодированный	40	3,33
1,40	0,40	22,80	100,40	-	Сок фруктовый в п/у	200	16,15
<b>29,61</b>	<b>54,65</b>	<b>131,06</b>	<b>862,58</b>		<b>Итого</b>	<b>855</b>	<b>120</b>
					<b>Льготное питание</b>		<b>120,00</b>
					<b>Обед 12 лет и старше</b>		
6,38	6,80	24,69	185,00	157	Суп картофельный с бобовыми и гречками (картофель, горох, морковь, лук репч., соль йодир., масло растит., гречка) 250/10	260	10,25
21,50	54,19	65,79	556,90	1084	Пельмени отварные с маслом (пельмени п/ф, приправа универсальная, лавровый лист, соль йод., масло сливочное) 220/10	230	99,42
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
2,40	0,32	16,32	77,76	-	Хлеб пшеничный йодированный	32	2,66
1,40	0,40	22,80	100,40	-	Сок фруктовый в п/у	200	16,15
<b>32,55</b>	<b>61,77</b>	<b>138,88</b>	<b>961,68</b>		<b>Итого</b>	<b>922</b>	<b>135,00</b>
					<b>Льготное питание</b>		<b>135,00</b>
					<b>Завтрак 7-11 лет</b>		
10,69	14,88	8,44	210,44	222	Ёжики мясные с соусом красным (говядина, свинина, крупа рисовая, лук репчатый, соль йодированная, соус красный ост.) 80/30	110	45,43
3,09	4,47	20,10	132,99	371	Пюре картофельное (картофель, молоко, масло слив., соль йод.)	150	24,35
0,57	0	10,47	44,13	611a	Компот из смеси сухофруктов с витамином С без сахара (сухофрукты, витамин С.)	200	3,22
2,40	0,32	16,32	77,76	-	Хлеб пшеничный йодированный	32	2,66
0,88	0,25	14,25	62,77	-	Сок фруктовый в п/у	125	14,34
<b>17,63</b>	<b>19,92</b>	<b>69,58</b>	<b>528,09</b>		<b>Итого</b>	<b>617</b>	<b>90,00</b>
					<b>Льготное питание</b>		<b>90,00</b>
					<b>Завтрак 12 лет и старше</b>		
10,69	14,88	8,44	210,44	222	Ёжики мясные с соусом красным (говядина, свинина, крупа рисовая, лук репчатый, соль йодированная, соус красный ост.) 80/30	110	45,43
4,33	6,26	28,14	186,19	371	Пюре картофельное (картофель, молоко, масло слив., соль йод.)	200	34,10
0,57	0	10,47	44,13	611a	Компот из смеси сухофруктов с витамином С без сахара (сухофрукты, витамин С.)	200	3,22
2,63	0,35	17,85	85,05	-	Хлеб пшеничный йодированный	35	2,91

0,88	0,25	14,25	62,77	-	Сок фруктовый в п/у	125	14,34
<b>19,1</b>	<b>21,74</b>	<b>79,15</b>	<b>588,58</b>		<b>Итого</b>	<b>670</b>	<b>100,00</b>
					<b>Льготное питание</b>		<b>100,00</b>
					<b>Обед 7-11 лет</b>		
1,41	3,91	6,63	97,37	197	Щи из свежей капусты с картофелем (картофель, капуста св., лук репч., морковь, томат, паста, масло подсолн., соль йодир.)	200	6,71
17,34	18,95	21,42	449,57	1099	Запеканка мясная «Микс» с зеленым горошком (говядина, свинина, лук репч., морковь, масло подсолн., крупа рисовая, крупа гречневая, молоко, яйцо, соль йод., горошек зелен. конс.) 150/30	180	94,81
0,04	0	0,11	0,6	431	Чай с лимоном без сахара (чай лимон)	200/4	1,94
2,25	0,30	15,30	72,90	-	Хлеб пшеничный йодированный	30	2,49
0,45	0,45	10,98	49,73	-	Яблоко свежее	112	14,05
<b>21,49</b>	<b>23,61</b>	<b>54,44</b>	<b>670,17</b>		<b>Итого</b>	<b>726</b>	<b>120,00</b>
					<b>Льготное питание</b>		<b>120,00</b>
					<b>Обед 12 лет и старше</b>		
1,76	4,89	8,29	106,21	197	Щи из свежей капусты с картофелем (картофель, капуста св., лук репч., морковь, томат, паста, масло подсолн., соль йодир.)	250	8,39
19,27	21,05	23,08	541,75	1099	Запеканка мясная «Микс» с зеленым горошком (говядина, свинина, лук репч., морковь, масло подсолн., крупа рисовая, крупа гречневая, молоко, яйцо, соль йод., горошек зелен. конс.) 170/30	200	105,65
0,04	0	0,11	0,6	431	Чай с лимоном без сахара (чай лимон)	200/4	1,94
2,33	0,31	15,81	75,33	-	Хлеб пшеничный йодированный	31	2,58
0,52	0,52	12,84	58,16	-	Яблоко свежее	131	16,44
<b>23,92</b>	<b>26,77</b>	<b>60,13</b>	<b>782,05</b>		<b>Итого</b>	<b>816</b>	<b>135,00</b>
					<b>Льготное питание</b>		<b>135,00</b>
					<b>ПЯТИЦА</b>		
					<b>Завтрак 7-11 лет</b>		
7,27	6,21	31,07	209,26	515	Каша молочная пшеничная с маслом без сахара (крупа пшенич., молоко, соль йод., масло сл.) 180/5	195	22,09
6,74	4,79	22,57	163,38	868	Бутерброд с сыром (сыр, хлеб пшенич.) 20/39	59	21,73
1,51	1,13	3,53	30,33	1066	Кофейный напиток злаковый без сахара (кофейный напиток, молоко)	200	10,30
1,04	0,26	9,75	45,50	-	Мандарин	130	35,88
<b>16,56</b>	<b>12,39</b>	<b>66,92</b>	<b>448,47</b>		<b>Итого</b>	<b>584</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	278,16	515	Каша молочная пшеничная с маслом без сахара (крупа пшенич., молоко, соль йод., масло сл.) 220/10	230	31,60
6,28	4,47	21,04	159,50	868	Бутерброд с сыром (сыр, хлеб пшенич.) 21/34	55	22,22
1,51	1,13	3,53	30,33	1066	Кофейный напиток злаковый без сахара (кофейный напиток, молоко)	200	10,30
1,04	0,26	9,75	48,50	-	Мандарин	130	35,88
<b>17,87</b>	<b>13,58</b>	<b>72,95</b>	<b>516,49</b>		<b>Итого</b>	<b>615</b>	<b>100,00</b>
					<b>Льготное питание</b>		<b>100,00</b>
					<b>Обед 7-11 лет</b>		
3,38	6,27	13,13	122,41	167	Рассольник «Ленинградский» с фрикадельками (фрикадельки мясные, картофель, крупа перловая, огурцы сол., морковь, лук репч., томат паста, масло раст., соль йод.) 10/200	210	20,80
22,36	29,67	0,13	356,99	1105	Бёдрышки куриные запеченные (бедро куриное, сметана, соль, масло подсолнечное)	100	64,68
5,42	4,07	31,80	185,45	307	Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, масло сливочное, соль йод)	150	10,53
0,21	0,07	2,23	10,39	667	Напиток из шиповника без сахара (шиповник, лимон)	200	5,18
2,40	0,32	16,32	77,76	-	Хлеб пшеничный йодированный	32	2,66
1,40	0,40	22,80	100,40	-	Сок фруктовый в п/у	200	16,15
<b>35,17</b>	<b>40,8</b>	<b>86,41</b>	<b>853,4</b>		<b>Итого</b>	<b>892</b>	<b>120,00</b>
					<b>Льготное питание</b>		<b>120,00</b>
					<b>Обед 12 лет и старше</b>		

4,66	8,66	18,12	169,05	167	Рассольник «Ленинградский» с фрикадельками (фрикадельки мясные, картофель, крупа перловая, огурцы сол., морковь, лук репч., томат паста, масло раст., соль йод.) 20/270	290	33,44
22,36	29,67	0,13	356,99	1105	Бёдрышки куриные запеченные (бедро куриное, сметана, соль, масло йодсолнечное)	100	64,68
6,50	4,88	38,16	222,53	307	Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, масло сливочное, соль йод)	180	12,64
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	2,91
1,40	0,40	22,80	100,40		Сок фруктовый в п/у	200	16,15
37,76	44,03	99,29	944,41		<b>Итого</b>	<b>985</b>	<b>135,00</b>
					<b>Льготное питание</b>		<b>135,00</b>

ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР  
КАЛЬКУЛЯТОР  
ЗАВ. ПРОИЗВОДСТВОМ



А.М. ШАХОВА  
А.П. МАЛЫГИНА

