



Сборник рецептов на производство для обучающихся школ образовательных учреждений ДПО «Дети и Спорт» 2002
 Сборник рецептов, базов и культурных технологий "Дети и Спорт" 2002

№ рецепта	Наименование блюда	Выход	Содержание пищевых веществ			Энергетическая ценность, ккал	Содержание минеральных веществ, мг	Содержание витаминов, мг						
			белки	жиры	углеводы			В1	В2	В6	В12	С	Е	
Комплекс: детские блюда														
I неделя														
Возрастная группа с 7 до 11 лет														
	1 день ЗАВТРАК		белки	жиры	углеводы	ккал.	Ca	Mg	P	Fe	A	B1	PP	C
05/2010	Сыр вареникотный с маслом	2005	4,6	1	0,32	195	22,2	7,2	0,012	0,034	0,001	0,003	0,09	0,24
171/2011	Каша хлопчатая, с маслом	18005	10,2	14,7	55,1	342	179,1	70,1	262,5	1,9	87,5	0,31	1,13	0
ТТК	Хлеб пшени., бездрожжевой	40	2,6	0,43	13,09	94	13,8	10,1	29,5	1,3	0,032	0,048	0,2	0
222/2002	Пшеничный	200	4,3	3,5	18	125	152,2	21,3	124,6	0,18	0,018	0,055	0,17	1,6
ТТН	Сем. в индийск. упаковке	200	1,2	0	64,4	98	0	0	0	0	0	0,04	1,16	16
	Итого:	650	22,74	39,1	95	734	417,7	101,9	508,7	3,29	142,92	0,47	2,19	1,88
II день ЗАВТРАК														
Возрастная группа с 11 лет и старше														
07/2010	Сыр вареникотный с маслом	2505	4,6	1	0,32	268	22,2	7,2	0,012	0,034	0,001	0,003	0,09	0,24



Без ГМО
и
пищевых добавок

«Согласовано»
Директор школы № _____

МКП «Городской комбинат школьного питания»
М Е Н Ю школы № _____
На 7 февраля 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.
					Завтрак 7- 11 лет		
					Льготное питание		80,00
					Завтрак 12 лет и старше		
7,45	15,87	38,37	326	527	Каша молочная Боярская (пшено, молоко 3,2%, сахар-песок, изюм, соль йод., масло слив.)	180	33,52
6,97	13,45	15,43	213	1017	Бутерброд с сыром и маслом (сыр Российский, масло слив., хлеб пшеничн.)	20/10/ 30	23,49
1,8	1,6	13,2	75,2	986	Какао-напиток (какао порошок, молоко 3,2%, сахар-песок)	200	8,70
0,71	0,71	17,54	84		Яблоко свежее	179	19,29
16,93	31,63	84,54	698,2		Итого	619	85,00
					Льготное питание		85,00
					Обед 7-11 лет		
					Льготное питание		100,00
					Обед 12 лет и старше		
3,1	0,2	6,5	40	984	Закуска порционная (горошек консервированный)	100	39,92
6,01	8,29	15,76	162	1000/998	Суп рисовый «Восточный» с фаршем (фарш говяж., крупа рисов., лук репч., морковь, томат. паста, чеснок, соль йодир.)	15/250	20,68
9,68	16,1	8,7	219	1025	Котлета Незнайка с соусом (говядина, свинина, молоко, хлеб пш.йодир., лук репч., яйцо, сухари панир., масло подс. соль йдир.) 70/30	100	30,33
6,36	4,71	39,2	225	307	Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, масло сл., соль йодир.)	180	11,56
0,152	0,15	18,09	74	645	Компот из свежих яблок с вит С (яблоки, сахар, лимон.кислота, аскорб кислота)	200	8,47
2,92	0,39	19,89	97,5	-	Хлеб пшеничный йодированный	39	2,64
1,65	0,3	9,9	49,5	-	Хлеб ржаной	25	1,40
29,872	30,14	118,04	867		Итого	909	115,00
					Льготное питание		115,00
					Полдник		
4,83	8,63	42,33	266	340	Булочка с повидлом Обсыпная (мука, сахар-песок, дрожжи, масло сл. соль йодир., повидло)	75	14,76
5,8	6,4	9,4	120		Молоко питьевое	200	17,03
10,63	15,03	51,73	386		Итого	275	28,44

ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР  А.М. ШАХОВА
КАЛЬКУЛЯТОР  Т.Ю. ЛЫКОВА
ЗАВ ПРОИЗВОДСТВОМ

<http://комбинат-уу.рф>

Без ГМО
и
пищевых добавок

«Согласовано»
Директор школы № _____

МКП «Городской комбинат школьного питания»
М Е Н Ю школы № _____

На 7 февраля 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.
Дополнительно							
7,45	15,87	38,37	326	527	Каша молочная Боярская (пшено, молоко 3,2%, сахар-песок, изюм, соль йод., масло слив.)	180	33,50
6,01	8,29	15,76	162	1000/998	Суп рисовый «Восточный» с фаршем (фарш говяж., крупа рисов., лук репч., морковь, томат. паста, чеснок, соль йодир.)	15/250	20,70
17,1	13,6	6,8	219	556	Поджарка из рыбы (горбуша, мука пш., лук репч., соль йодир., масло растит.)	70/20	41,50
9,68	16,1	8,7	219	1025	Котлета Незнайка с соусом (говядина, свинина, молоко, хлеб пш.йодир., лук репч., яйцо, сухари панир., масло подс. соль йдир.) 70/30	100	30,30
16,8	14,1	2,8	206	208	Люля-кебаб домашний (говядина, свинина, лук репч., хлеб пшен., соль йодир.)	70	54,80
6,36	4,71	39,28	225	307	Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, масло сл., соль йодир.)	150	9,60
2,8	3,8	22,3	135,5	604	Картофель отварной (картофель, масло слив., соль йод.)	150	21,80
5,1	5,7	29	188	60	Пирожки печеные с капустой (тесто сдоб., капуста, лук, масло раст.)	75	11,20
4,83	8,63	42,33	266	340	Булочка с повидлом Обсыпная (мука, сахар-песок, дрожжи, масло сл. соль йодир., повидло)	75	14,80
8,46	11,7	28,4	253	328	Плюшка "Эстонская" с сыром (тесто сдобное дрожжевое, сыр, масло слив.)	75	22,40
9,8	15	27,7	285	55	Сосиска, запеченная в тесте (тесто сд., сосиска, яйцо)	40/50	28,60
8,2	20,4	18,5	291	107	Слойка с сыром и колбасой (тесто слоеное пресное, колбаса варен. докторская, сыр Российский, мука пш.)	75	33,40
3,5	20,3	35	329	-	Кекс «Фараон» БХП	70	28,60
7,0	5,5	63	330	-	Булочка «Сдоба с повидлом» БХП	100	17,70
4,55	8,4	47,6	280	-	Коржик молочный БХП	70	18,90
5,5	9,0	60,0	340	-	Ромовая Баба БХП	100	22,40
4,2	14,7	42	315	-	Булочка слоеная Улитка с маковой начинкой БХП	2/70	38,40
1,8	1,6	13,2	75,22	986	Какао-напиток (какао порошок, молоко 3,2%, сахар-песок)	200	8,70
0,152	0,15	18,09	74	645	Компот из свежих яблок с вит С (яблоки, сахар, лимон.кислота, аскорб.кислота)	200	8,50
-	-	-	-	-	Чай пакетированный	200	6,80
0,05	0,02	9,1	37	663	Чай с сахаром (чай, сахар-песок)	200	1,40
1,55	1,45	2,17	29	603	Чай с молоком (чай, молоко)	50/150	5,80
-	-	-	-	-	Вода негазированная	0,5 л.	24,00
0	0	24	91	-	Сок фруктовый в потребительской упаковке	1/200	11,15
2,25	0,3	15,31	75	-	Хлеб пшеничный йодированный	30	2,00
0,4	0,4	9,8	47	-	Яблоки свежие	100	10,80

ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР  А.М.ШАХОВА

КАЛЬКУЛЯТОР  Т.Ю.ЛЫКОВА

ЗАВ ПРОИЗВОДСТВОМ

<http://комбинат-уу.рф>

Без ГМО
и
пищевых добавок

«Согласовано»
Директор школы № _____

МКП «Городской комбинат школьного питания»
М Е Н Ю школы № _____

На 8 февраля 2022 г.

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

Б	Ж	У	ЭЦ к/кал	№ ТТК	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб.
					Завтрак 7-11 лет		
					Льготное питание		80,00
					Завтрак 12 лет и старше		
10,85	7,06	5,32	168	651	Фрикадельки рыбные с маслом (горбуша, хлеб пшен., яйцо, лук репч., соль йод., масло раст.)	75/5	27,95
3,67	5,32	24,05	158	371	Пюре картофельное (картофель, молоко т/п, масло сл.)	180	26,10
0,3	0,047	10,9	60	621	Чай с медом (чай, мед)	200/20	12,91
1,87	0,25	12,75	62,5	-	Хлеб пшеничный йодированный	25	1,68
0,608	0,608	14,89	71		Яблоко свежее	152	16,36
17,298	13,285	67,91	519,5		Итого	657	85,00
					Льготное питание		85,00
					Обед 7-11 лет		
					Льготное питание		100,00
					Обед 12 лет и старше		
8,46	8,44	12,2	158	165/998	Борщ из свежей капусты с картофелем, с фаршем (говядина, картофель, капуста, морковь, лук репч., томат паста, масло раст., соль йод.)	20/250	31,07
11,8	11,86	10,96	198	973	Котлеты из индейки с соусом красным осн (филе индейки, хлеб пшен., масло слив., соль йод., соус кр осн.) 70/30	100	37,72
5,24	18,09	34,9	323	309	Перловка с овощами (крупа перловая, морковь, лук репч., масло растит., томат.паста, масло слив., соль йодир.)	180	16,30
0,38	0,13	18,2	75	667	Напиток из шиповника (шиповник, лимон, сахар-песок)	200	5,95
3	0,4	20,4	100	-	Хлеб пшеничный йодированный	40	2,68
1,65	0,3	9,9	49,5	-	Хлеб ржаной	25	1,40
0,73	0,73	18,03	86		Яблоко свежее	184	19,88
31,26	39,95	124,59	989,5		Итого	999	115,00
					Льготное питание		115,00
					Полдник		
5,04	4,64	30,7	185	60	Пирожки печеные с картофелем (мука, сахар-песок, масло сл, яйцо, картофель, лук репчат., масло раст., соль йодир.)	75	7,57
0,02	0	29,1	116,7	437	Кисель из концентрата с витамином С (кисель, сахар-песок, вода, аскорб. кислота)	200	7,13
5,09	4,66	39,8	222		Итого	275	14,70

ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР  А.М.ШАХОВА

КАЛЬКУЛЯТОР  Т.Ю.ЛЫКОВА

ЗАВ ПРОИЗВОДСТВОМ

<http://комбинат-уу.рф>

Без ГМО
и
пищевых добавок

«Согласовано»
Директор школы № _____

МКП «Городской комбинат школьного питания»
М Е Н Ю школы № _____

На 8 февраля 2022 г.

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

Б	Ж	У	ЭЦ к/кал	№ ТТК	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб.
Дополнительно							
8,72	9,94	12,5	174	165/998	Борщ из свежей капусты с картофелем, с фаршем, со сметаной (говядина, картофель, капуста, морковь, лук репч., томат паста, масло раст., соль йод., сметана)	20/250/10	33,80
10,85	7,06	5,32	168	651	Фрикадельки рыбные с маслом (горбуша, хлеб пшен., яйцо, лук репч., соль йод., масло раст.)	75/5	27,90
11,8	11,86	10,96	198	973	Котлеты из индейки с соусом красным осн (филе индейки, хлеб пшен., масло слив., соль йод., соус кр осн.)	70/30	37,70
15,07	20,3	5,11	264	551	Бефстроганов (мясо гов, лук, масло раст., мука пш., сметана, масло слив., т.паста, соль йодир.)	50/50	57,50
10,93	12,28	11,72	201	29	Котлета мясная (говядина, хлеб пшен., сухари панир., соль йод, масло подсол)	70	34,20
13,8	5,1	3,2	114	580	Рыба запеченная в жарочном шкафу (горбуша, мука пш., лимон, масло растит., соль йодир.)	75	42,00
18,9	14,7	20,6	290,8	230	Буузы-позы (мука пшен., яйцо, соль йодир., говядина, лук репч.)	2/75	54,60
3	4,4	20	132	371	Пюре картофельное (картофель, молоко т/п, масло .сл)	150	21,70
5,24	18,09	34,9	323	309	Перловка с овощами (крупа перловая, морковь, лук репч., масло растит., томат.паста, масло слив., соль йодир.)	180	16,30
5,04	4,64	30,7	185	60	Пирожки печеные с картофелем (мука, сахар-песок, масло сл, яйцо, картофель, лук репчат., масло раст., соль йодир.)	75	10,00
9,9	13,1	30	278	89	Пицца Дорожная (тесто сдобдрож, колбаса п/к, колбаса вар., т.паста, лук реп., масло рас., сметана, сыр, яйцо)	80	28,40
12,5	13,7	21,4	259	672	Хачапури с сыром (мука пшен., масло слив., молоко, сахар-песок, соль йодир., дрожжи пресс., сыр., яйцо)	75	32,30
5,9	4,48	38,6	218,7	347	Булочка Жаворонок (тесто сдобн., масло слив., мука пш., сахар-песок, соль йодир., дрожжипрес., яйцо)	75	12,20
9,6	19,5	18,1	287	18	Самса Детская (тесто слоеное, лук репч., соль йодир., говядина)	75	34,10
4,95	23,1	59,4	462	-	Кекс Домашний (шарлотка) БХП	110	38,00
14,4	23,2	24	360	-	Самса Слоеная с сыром БХП	80	41,10
4,2	17,5	35	315	-	Кекс Английский Маффин БХП	70	26,50
5,6	5,6	45,6	256	-	Булочка «Машенька» БХП	80	16,90
4,9	14,7	46,2	343	-	Булочка «Уплетайка» (с изюмом и корицей) БХП	70	16,90
0,57	0,07	24	75	667	Напиток из шиповника (шиповник, лимон, сахар-песок)	200	6,00
-	-	-	-	-	Чай пакетированный	200	6,80
0,05	0,02	9,1	37	663	Чай с сахаром (чай, сахар-песок)	200	1,40
1,55	1,45	2,17	29	603	Чай с молоком (чай, молоко)	50/150	5,80
-	-	-	-	-	Вода негазированная	0,5 л.	24,00
0	0	24	91	-	Сок фруктовый в потребительской упаковке	1/200	11,15
2,25	0,3	15,31	75	-	Хлеб пшеничный йодированный	30	2,00
0,4	0,4	9,8	47	-	Яблоки свежие	100	10,80

ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР  А.М.ШАХОВА

КАЛЬКУЛЯТОР  Т.Ю.ЛЫКОВА

ЗАВ ПРОИЗВОДСТВОМ

<http://комбинат-уу.рф>

Без ГМО
и
пищевых добавок



«Согласовано»
Директор школы № _____

МКП «Городской комбинат школьного питания»
М Е Н Ю школы № _____

На 9 февраля 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.
					<u>Завтрак 7-11 лет</u>		
					Льготное питание		80,00
					<u>Завтрак 12 лет и старше</u>		
11,05	18,09	2,8	218	625	Колбаса отварная с соусом (колбаса Докторская, соус красный осн.)	90/30	45,79
9,85	6,4	43,09	269	632	Гарнир каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, масло сливочное, соль йод.)	180	17,71
0,57	0,07	24	99	611	Компот из сухофруктов с вит С (смесь сухофруктов, сахар, лимон.кислота, аскорб.кислота)	200	4,72
1,87	0,25	12,75	62,5	-	Хлеб пшеничный йодированный	25	1,68
0,56	0,56	13,72	65		Яблоко свежее	140	15,10
23,9	25,37	96,36	713,5		Итого	665	85,00
					Льготное питание		85,00
					<u>Обед 7-11 лет</u>		
					Льготное питание		100,00
					<u>Обед 12 лет и старше</u>		
6,9	5,97	19,07	157	983/998	Суп картофельный с макаронными изделиями, с фаршем (говядина, картофель, лапша Роллтон, морковь, лук репч., соль йодир., масло растит.)	15/250	27,82
15,3	20,6	7,31	276	765	Котлета из конины и свинины с соусом (конина, свинина, чеснок., сухари панир., соль йод, масло подсол., соус кросн)	100	40,97
4,00	13,1	31,09	259	293	Гарнир «Овощной калейдоскоп» (морковь, лук репч., масло подсолн., кукуруза, горошек, крупа рисовая, соль йод.)	70/30	24,31
0,05	0,02	9,1	37	663	Чай с сахаром (чай, сахар-песок)	200	1,42
1,87	0,25	12,75	62,5	-	Хлеб пшеничный йодированный	25	1,68
1,98	0,36	11,88	39	-	Хлеб ржаной	20	1,12
0,65	0,65	16,07	77		Яблоко свежее	164	17,68
30,75	40,95	107,27	907,5		Итого	954	115,00
					Льготное питание		115,00
					<u>Полдник</u>		
5,5	17,4	42	347	332	Рогалик сахарный (мука, сл.масло, яйцо, сахар-песок, сода)	75	26,08
1,55	1,45	2,17	29	603	Чай с молоком (чай, молоко)	50/150	5,83
7,05	18,85	44,17	376		Итого	275	31,91

ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР  А.М.ШАХОВА
КАЛЬКУЛЯТОР  Т.Ю.ЛЫКОВА
ЗАВ ПРОИЗВОДСТВОМ

<http://комбинат-уу.рф>

Без ГМО
И
ПИЩЕВЫХ ДОБАВОК

«Согласовано»
Директор школы № _____

МКП «Городской комбинат школьного питания»
М Е Н Ю школы № _____

На 9 февраля 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.
Дополнительно							
6,9	5,97	19,07	157	893/998	Суп картофельный с макаронными изделиями, с фаршем (говядина, картофель, лапша Роллтон, морковь, лук репч., соль йодир., масло растит.)	15/250	27,80
11,05	18,09	2,8	218	625	Колбаса отварная с соусом (колбаса Докторская, соус красный осн.)	90/30	45,80
13,95	19,12	15,1	288,25	255	Рыба в тесте (горбуша, молоко 3,2%, мука, яйцо, лимон, масло раст.)	100	33,40
15,3	20,6	7,31	276	765	Котлета из конины и свинины с соусом (конина, свинина, чеснок., сухари панир., соль йод., масло подсол., соус кросн)	70/30	41,00
8,2	5,3	35,9	224,6	632	Гарнир каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, масло сливочное, соль йод.)	150	14,80
3,55	11,7	27,6	230	293	Гарнир «Овощной калейдоскоп» (морковь, лук репч., масло подсолн., кукуруза, горошек, крупа рисовая, соль йод.)	150	20,30
2,3	8,5	17,9	158	313	Картофель запеченный по-московски (картофель, масло раст., масло сл., соль йодир)	150	25,60
0,2	1,11	1,78	18	370	Соус красный основной (лук, морковь, мука, масло раст., масло слив., т. паста, соль)	30	1,60
8,9	8,0	29,3	225	60	Пирожки печеные с мясом и рисом (тесто сдоб., мясо гов., рис, лук, масло раст.)	75	21,80
9,17	10,4	18,3	204	19	Беляши по-школьному (мука, вода, соль йодир, дрожжи, говядина, лук репч., масло раст.)	80	24,00
4,8	13,7	32,2	272	107	Слойка с молоком сгущенным (тесто слоеное, молоко сгущенное вареное, мука пшен.)	75	27,00
5,58	17,4	42,02	347	385	Рогалик сахарный (мука, сл.масло, яйцо, сахар-песок, сода)	75	26,10
8,5	6,8	47,9	287,5	718	Блинчики со сгущенным молоком (мука пш., молоко 3,2%, яйцо, сахар-песок, соль йодир., масло растит., молоко сгущ.)	100/30	24,90
2,4 2,75 2,75	7,7 9,9 9,9	25,3 31,3 27,5	187 209 209	-	Батончик слоеный с начинкой БХП (клубника) (ананас) (груша)	55	13,20
4,2	14,7	25,9	294	-	Кекс «Волжский» БХП	70	23,10
6,3	7,7	36,75	245	-	Калачик сметанный БХП	70	22,70
3,37	13,5	52,5	352,5	-	Пирожное песочное, глазированное помадой БХП	75	24,00
5,25	3,5	42	224	-	Булочка «Батончик Детский с изюмом» БХП	70	12,80
0,57	0,07	24	99	611	Компот из сухофруктов с вит С (смесь сухофруктов, сахар, лимон.кислота, аскорб. кислота)	200	4,70
-	-	-	-	-	Чай пакетированный	200	6,80
0,05	0,02	9,1	37	663	Чай с сахаром (чай, сахар-песок)	200	1,40
1,55	1,45	2,17	29	603	Чай с молоком (чай, молоко)	50/150	5,80
-	-	-	-	-	Вода негазированная	0,5 л.	24,00
0	0	24	91	-	Сок фруктовый в потребительской упаковке	1/200	11,15
2,25	0,3	15,31	75	-	Хлеб пшеничный йодированный	30	2,00
0,4	0,4	9,8	47	-	Яблоки свежие	100	10,80

ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР  А.М.ШАХОВА

КАЛЬКУЛЯТОР  Т.Ю.ЛЫКОВА

ЗАВ ПРОИЗВОДСТВОМ

<http://комбинат-уу.рф>

Без ГМО
И
ПИЩЕВЫХ ДОБАВОК



«Согласовано»
Директор школы № _____

МКП «Городской комбинат школьного питания»
М Е Н Ю школы № _____

На 10 февраля 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.
					Завтрак 7- 11 лет		
					Льготное питание		80,00
					Завтрак 12 лет и старше		
12,53	20,21	6,13	256	233	Котлеты по-хлыновски с маслом (говядина, свинина,картофель, лук репч., яйцо,сухари панир.,масло подсолн.)	80/5	44,88
5,18	4,89	35,4	206	585	Перловка отварная (крупа перловая, масло слив., соль йод.)	180	8,47
0,26	1,18	19,8	91	904	Напиток из облепихи протертой с сахаром (облепиха, протертая с сахаром, сахар-песок)	200	11,92
2,1	0,28	14,28	70	-	Хлеб пшеничный йодированный	28	1,88
0,66	0,66	16,26	78		Яблоко свежее	166	17,85
20,73	27,22	91,87	701		Итого	659	85,00
					Льготное питание		85,00
					Обед 7-11 лет		
					Льготное питание		100,00
					Обед 12 лет и старше		
5,95	7,9	8,3	148	197/998	Щи из свежей капустой с фаршем (говядина, картофель, капуста, морковь, лук репч., томат паста, масло раст., соль йод.)	15/250	26,63
13,42	8,3	2,51	175	995	Террин из горбуши с соусом белым основным (горбуша, молоко, яйцо, масло раст., соль йод., соус белый осн.) 70/30	100	33,41
3,67	5,32	24,05	158	371	Пюре картофельное (картофель, молоко т/п, масло .сл)	180	26,10
0,4	00,8	25,5	105	435	Компот из изюма с витамином С (изюм, сахар-песок, лимон.кислота)	200	7,58
1,87	0,25	12,75	62,5	-	Хлеб пшеничный йодированный	25	1,68
1,65	0,3	9,9	49,5	-	Хлеб ржаной	25	1,40
0,67	0,67	16,56	79		Яблоко свежее	169	18,20
27,63	23,54	99,57	777		Итого	964	115,00
					Льготное питание		115,00
					Полдник		
4,2	5,9	39,3	227	414	Коржик Загорский (мука пшен., масло слив., яйцо, молоко, соль йод.)	75	14,12
0,3	0,08	12,7	53,1	705	Чай с медом и яблоком (чай, сахар-песок, мед, яблоки)	200/10	8,70
4,5	5,98	52	280,1		Итого	285	22,82

ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР  А.М.ШАХОВА
КАЛЬКУЛЯТОР  Т.Ю.ЛЫКОВА
ЗАВ ПРОИЗВОДСТВОМ

<http://комбинат-уу.рф>

Без ГМО
И
ПИЩЕВЫХ ДОБАВОК

«Согласовано»
Директор школы № _____

МКП «Городской комбинат школьного питания»
М Е Н Ю школы № _____

На 10 февраля 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.
Дополнительно							
7,34	9,07	8,3	160	197/998	Щи из свежей капусты с фаршем, со сметаной (говядина, картофель, капуста, морковь, лук репч., томат паста, масло раст., соль йод.сметана)	15/250/10	29,30
17	13	6,8	219	556	Поджарка из рыбы (горбуша, мука пшенич., лук репч., масло р., соль йодир.)	70/20	41,50
12,53	20,21	6,13	256	233	Котлеты по-хлыновски с маслом (говядина, свинина,картофель, лук репч., яйцо,сухари панир., масло подсолн.)	80/5	44,90
14,4	15,2	3,8	210	675	Мясо тушеное с луком и морковью (говядина, масло растит., морковь, соль йодир., муа пш, т. паста, лук репч.)	50/75	50,70
4,32	4,07	29,55	172	585	Перловка отварная (крупа перловая, масло слив., соль йод.)	150	7,00
3	4,4	20	132	371	Пюре картофельное (картофель, молоко т/п, масло .сл)	150	21,70
0,2	1,11	1,78	18	370	Соус красный основной (лук, морковь, мука, масло раст., масло слив., т. Паста, соль)	30	1,60
8,2	20,4	18,5	291	107	Слойка с сыром и колбасой (тесто слоеное пресное, колбаса варен. докторская, сыр Российский, мука пш.)	75	33,40
9,8	15	27,7	285	55	Сосиска, запеченная в тесте (тесто сд., сосиска, яйцо)	40/50	28,60
4,9	5,8	43,8	247,4	332	Булочка Гребешок с повидлом (мука, сахар-песок, дрожжи, молоко т/п, яйцо, сахар-песок, повидло)	75	13,20
4,2	5,9	39,3	227	414	Коржик Загорский (мука пшен., масло слив., яйцо, молоко, соль йод.)	75	14,10
3,5	20,3	35	329		Кекс «Фараон» БХП	70	28,60
4,2	10,8	32,1	240		Вафли Сдобные с молоком вареным сгущенным БХП	300	133,85
7,6	10,4	39,2	280		Булочка «Рулетик с маком» БХП	80	21,10
4,55	8,4	47,6	280		Коржик молочный БХП	70	18,90
4,8	8,8	43,2	272		Сочень с печеными яблоками БХП	80	31,70
0,4	00,8	25,5	105	435	Компот из изюма с витамином С (изюм, сахар-песок, лимон.кислота)	200	7,60
-	-	-	-	-	Чай пакетированный	200	6,80
0,05	0,02	9,1	37	663	Чай с сахаром (чай, сахар-песок)	200	1,40
1,55	1,45	2,17	29	603	Чай с молоком (чай, молоко)	50/150	5,80
-	-	-	-	-	Вода негазированная	0,5 л.	24,00
0	0	24	91	-	Сок фруктовый в потребительской упаковке	1/200	11,15
2,25	0,3	15,31	75	-	Хлеб пшеничный йодированный	30	2,00
0,4	0,4	9,8	47	-	Яблоки свежие	100	10,80

ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР  А.М.ШАХОВА

КАЛЬКУЛЯТОР  Т.Ю.ЛЫКОВА

ЗАВ ПРОИЗВОДСТВОМ

<http://комбинат-уу.рф>

Без ГМО
и
пищевых добавок

«Согласовано»
Директор школы № _____

МКП «Городской комбинат школьного питания»
М Е Н Ю школы № _____

На 11 февраля 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.
					<u>Завтрак 7-11 лет</u>		
					Льготное питание		80,00
					<u>Завтрак 12 лет и старше</u>		
12,91	14,32	7,01	209	978	Фрикадельки из индейки с маслом (филе индейки, хлеб пшенич., молоко, соль йод., масло слив.)	80/5	43,52
6,3	4,71	39,2	225	307	Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, масло сл., соль йодир.)	180	11,56
0,75	0	18	75		Кисель детский «Витошка» (концентрат киселя, вода)	200	8,70
1,875	0,25	12,75	62,5	-	Хлеб пшеничный йодированный	25	1,68
0,72	0,72	17,73	85		Яблоко свежее	181	19,54
22,555	20	94,69	656,5		Итого	671	85,00
					Льготное питание		85,00
					<u>Обед 7-11 лет</u>		
					Льготное питание		100,00
					<u>Обед 12 лет и старше</u>		
4,18	8,42	16,23	157,5	17	Уха Рыбацкая (картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное, масло сливочное, сайра)	15/250	24,79
17,2	16,9	3,6	235,5	550	Гуляш мясной (говядина, лук репчат., томат паста, масло раст., мука, соль йод.) 50/50	100	48,84
5,37	5,32	23,45	163	632	Гарнир каша гречневая вязкая (крупа гречневая, масло сливочное, соль йод.)	180	12,10
0,3	0,08	12,8	53,3	621	Чай с вареньем (чай, варенье)	200/20	5,57
1,875	0,25	12,75	62,5	-	Хлеб пшеничный йодированный	25	1,68
1,98	0,36	11,88	39	-	Хлеб ржаной	20	1,12
0,77	0,77	19,01	91		Яблоко свежее	194	20,90
31,675	32,1	99,72	801,8		Итого	1004	115,00
					Льготное питание		115,00
					<u>Полдник</u>		
8,4	11,7	28,4	253	328	Плюшка "Эстонская" с сыром (тесто слоеное дрожжевое, сыр, масло слив.)	75	18,68
0,22	0,05	13,7	56	432	Чай с лимоном (чай, сахар, лимон)	200/4	2,78
8,62	11,75	42,1	309		Итого	279	21,46

ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР  А.М. ШАХОВА

КАЛЬКУЛЯТОР  Т.Ю. ЛЫКОВА

ЗАВ ПРОИЗВОДСТВОМ

<http://комбинат-уу.рф>

Без ГМО
и
пищевых добавок



«Согласовано»
Директор школы № _____

МКП «Городской комбинат школьного питания»
М Е Н Ю школы № _____

На 11 февраля 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.
Дополнительно							
4,18	8,42	16,23	157,5	17	Уха Рыбацкая (картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное, масло сливочное, сайра)	15/250	24,80
12,91	14,32	7,01	209	978	Фрикадельки из индейки с маслом (филе индейки, хлеб пшен., молоко, соль йод., масло слив.)	80/5	43,50
13,95	19,12	15,1	288,25	255	Рыба в тесте (горбуша, молоко 3,2%, мука, яйцо, лимон, масло раст.)	100	33,40
14,3	14	3	196,1	550	Гуляш мясной (говядина, лук репч., томат паста, масло раст., мука, соль йод.)	50/50	48,80
15,5	17,5	6,7	246,8	209	Кюфта по-московски (говядина, яйцо, лук репч., соль йодир., крупа рисовая, мука пшен., масло растит.)	80	50,00
5,37	5,32	23,45	163	632	Гарнир каша гречневая вязкая (крупа гречневая, масло сливочное, соль йод.)	180	12,10
6,36	4,71	39,28	225	307	Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, масло сл., соль йодир.)	150	9,60
2,3	8,5	17,9	158	313	Картофель запеченный по-московски (картофель, масло раст., масло сл., соль йодир)	150	25,60
0,2	1,11	1,78	18	370	Соус красный основной (лук, морковь, мука, масло раст., масло слив., т. Паста, соль)	30	1,60
9,17	10,4	18,3	204	19	Беляши по-школьному (мука, вода, соль йодир, дрожжи, говядина, лук репч., масло раст.)	80	24,00
10,58	14,26	31,01	294	92	Пицца Школьная (сыр, тесто сдоб., колбаса вар, лук реп., раст.масло, т.паста, сметана)	100	31,10
8,46	11,7	28,4	253	328	Плюшка "Эстонская" с сыром (тесто сдобное дрожжевое, сыр, масло слив.)	75	22,40
9,6	19,5	18,1	287	18	Самса Детская (тесто слоеное, лук репч., соль йодир., говядина)	75	34,10
3,9	6,1	31,5	197,2	511a	Кокроки с яблоками (мука, сахар-песок, масло слив., яйцо, яйца, соль, молоко, яблоки)	75	14,80
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
0,75	0	18	75		Кисель детский «Витошка» (концентрат киселя, вода)	200	8,70
0,3	0,08	12,8	53,3	621	Чай с вареньем (чай, варенье)	200/20	5,60
-	-	-	-	-	Чай пакетированный	200	6,80
0,05	0,02	9,1	37	663	Чай с сахаром (чай, сахар-песок)	200	1,40
1,55	1,45	2,17	29	603	Чай с молоком (чай, молоко)	50/150	5,80
-	-	-	-	-	Вода негазированная	0,5 л.	24,00
0	0	24	91	-	Сок фруктовый в потребительской упаковке	1/200	11,15
2,25	0,3	15,31	75	-	Хлеб пшеничный йодированный	30	2,00
0,4	0,4	9,8	47	-	Яблоки свежие	100	10,80

ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР  А.М.ШАХОВА
КАЛЬКУЛЯТОР  Т.Ю.ЛЫКОВА
ЗАВ ПРОИЗВОДСТВОМ

<http://комбинат-уу.рф>

Без ГМО
и
пищевых добавок

«Согласовано»
Директор школы № _____

МКП «Городской комбинат школьного питания»
М Е Н Ю школы № _____

На 12 февраля 2022 г.

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

Б	Ж	У	ЭЦ к/кал	№ ТТК	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб.
					Завтрак 7-11 лет		
					Льготное питание		80,00
					Завтрак 12 лет и старше		
9,4	13,6	10,7	203	193/370	Тефтели мясные I вариант в соусе (говядина, хлеб., лук репч., масло подсолн., мука пш., соль йодир., соус красный основн.)	80/30	34,45
4,55	5,4	45,1	247	297	Рис розовый (крупа рисовая, масло слив., томат паста, соль йод.)	180	10,84
0,15	0,14	18,09	74	840	Компот из яблок с вит С (яблоки св., сахар, лимон.кислота, аскорб.кислота)	200	8,47
1,875	0,25	12,75	92,5	-	Хлеб пшеничный йодированный	37	2,44
0	0	17,5	70		Фруктовое пюре	1 шт.	28,80
15,975	19,39	104,14	686,5		Итого	627	85,00
					Льготное питание		85,00
					Обед 7-11 лет		
					Льготное питание		100,00
					Обед 12 лет и старше		
7,83	7,26	15,3	143	581/998	Суп картофельный с овсяными хлопьями, с фаршем (фарш говяж, картофель, хлопья овсяные, морковь, лук репч., масло слив., соль йодир.)	15/250	24,98
12,4	13,8	13,1	227,3	29/370	Биточки мясные с соусом (говядина, хлеб пшен., сухари панир., соль йод, масло подсол, соус осн) 80/30	110	38,53
2,8	7,5	17,0	147,6	532	Рагу овощное (картофель, капуста св., морковь, лук репч., масло раст., чесно-к, соль йодир., соус кр.осн)	180	23,22
0,38	0,13	18,2	75	667	Напиток из шиповника (шиповник, лимон, сахар-песок)	200	5,95
2,25	0,3	15,3	75	-	Хлеб пшеничный йодированный	30	2,01
1,98	0,36	11,88	39	-	Хлеб ржаной	20	1,12
0,66	0,66	16,17	83,7	-	Яблоко	178	19,19
28,3	30,01	106,95	790,6		Итого	983	115,00
					Льготное питание		115,00
					Полдник		
9,9	13,1	30	278	89	Пицца Дорожная (тесто сдобн. дрож., колбаса п/к, колбаса вар., т.паста, лук реп., масло рас., сметана, сыр, яйцо)	80	28,41
0,2	0,05	13,7	56	432	Чай с лимоном (чай, сахар-песок, лимон)	200/4	2,80
10,1	13,15	43,7	334		Итого	284	31,21

ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР  А.М.ШАХОВА

КАЛЬКУЛЯТОР  Т.Ю.ЛЫКОВА

ЗАВ ПРОИЗВОДСТВОМ

<http://комбинат-уу.рф>

Без ГМО
и
пищевых добавок



«Согласовано»
Директор школы № _____

МКП «Городской комбинат школьного питания»
М Е Н Ю школы № _____

На 12 февраля 2021 г.

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

Б	Ж	У	ЭЦ к/кал	№ ТТК	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб.
Дополнительно							
7,83	7,26	15,3	143	581/998	Суп картофельный с овсяными хлопьями, с фаршем (фарш говяж, картофель, хлопья овсяные, морковь, лук репч., масло слив., соль йодир.)	15/250	25,00
9,4	13,6	10,7	203	193/370	Тефтели мясные I вариант в соусе (говядина, хлеб., лук репч., масло подсолн, мука пш., соль йодир., соус красный основн.)	80/30	34,45
18,3	12,2	5,9	207,6	254	Рыба тушеная с овощами (горбуша, морковь, лук репч., т.паста, масло подс.)	75/75	47,20
12,4	13,8	13,1	227,3	29/370	Биточки мясные с соусом (говядина, хлеб пшен., сухари панир., соль йод, масло подсол, соус осн) 80/30	110	38,50
17,7	19,2	20,6	326	230	Буузы-позы (мука пшен., яйцо, соль йодир., говядина, лук репч.)	2/75	54,60
4,55	5,4	45,1	247	297	Рис розовый (крупа рисовая, масло слив., томат паста, соль йод.)	150	9,00
2,3	6,3	14,2	123	532	Рагу овощное (картофель, капуста св., морковь, лук репч., масло раст., чесно-к, соль йодир., соус кр.осн)	150	19,40
9,9	13,1	30	278	89	Пицца Дорожная (тесто сдобдрож, колбаса п/к, колбаса вар., т.паста, лук реп., масло рас., сметана, сыр, яйцо)	80	28,40
14,16	14,16	34,5	322	596	Гамбургер (тесто сдоб., котлета из мяса гов., помидор, сыр, т.паста)	100	39,00
5,6	5,04	42,75	239	346	Булочка Изюминка (мука пшенич, сахар-песок, масло слив., яйцо, соль, дрожжи прес., изюм)	75	11,80
0,15	0,14	18,09	74	840	Компот из яблок с вит С (яблоки св., сахар, лимон.кислота, аскорб кислота)	200	8,70
0,38	0,13	18,2	75	667	Напиток из шиповника (шиповник, лимон, сахар-песок)	200	6,00
-	-	-	-	-	Чай пакетированный	200	6,80
0,05	0,02	9,1	37	663	Чай с сахаром (чай, сахар-песок)	200	1,40
1,55	1,45	2,17	29	603	Чай с молоком (чай, молоко)	50/150	5,80
-	-	-	-	-	Вода негазированная	0,5 л.	24,00
0	0	24	91	-	Сок фруктовый в потребительской упаковке	1/200	11,15
2,25	0,3	15,31	75	-	Хлеб пшеничный йодированный	30	2,00
0,4	0,4	9,8	47	-	Яблоки свежие	100	10,80

ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР  А.М.ШАХОВА
КАЛЬКУЛЯТОР  Т.Ю.ЛЫКОВА
ЗАВ ПРОИЗВОДСТВОМ

<http://комбинат-уу.рф>