

Без ГМО
и
пищевых добавок

МКП «Городской комбинат школьного питания»
М Е Н Ю школы № 10
На 11 марта 2021 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							
11,4	11,25	2,42	156,9	550	Гуляш мясной (говядина, лук репч., томат паста, масло раст., соль йод.) 35/45	80	30,77
4,32	4,07	29,55	172	585	Перловка отварная (крупа перловая, масло слив., соль йод.)	150	6,65
0,02	0	29,1	116,7	437	Кисель из концентрата с витамином С (кисель, сахар-песок, вода, аскорб. кислота)	200	7,27
2,25	0,3	15,3	75	-	Хлеб пшеничный йодированный	30	1,81
1	0,2	20,2	91	-	Сок фруктовый в потребительской упаковке	1/200	19,70
18,99	15,82	96,57	611,6		Итого	660	66,20
Льготное питание							
66,20							
Завтрак 12 лет и старше							
14,34	14	3	196,1	550	Гуляш мясной (говядина, лук репч., томат паста, масло раст., соль йод.) 45/55	100	38,74
5,1	4,8	35,4	206,6	585	Перловка отварная (крупа перловая, масло слив., соль йод.)	180	7,99
0,02	0	29,1	116,7	437	Кисель из концентрата с витамином С (кисель, сахар-песок, вода, аскорб. кислота)	200	7,27
2,25	0,3	15,3	75	-	Хлеб пшеничный йодированный	30	1,30
1	0,2	20,2	91	-	Сок фруктовый в потребительской упаковке	1/200	19,70
22,71	19,3	103	685,4		Итого	710	75,00
Льготное питание							
75,00							
Обед 7-11 лет							
3,2	3,2	14,4	99,9	698/998	Суп картофельный с фаршем (фарш, картофель, морковь, лук репч., масло раст., соль йод.)	5/200	15,97
19,7	16,14	2,8	236	224	Фрикадельки Удинские (говядина, молоко 3,2%, лук репчатый, яйцо, соль йодир)	90	43,78
4,4	4,4	19,5	136	676	Гарнир каша гречневая вязкая (крупа гречневая, масло сливочное, соль йод.)	150	7,92
0,05	0,02	9,1	37	663	Чай с сахаром (чай, сахар-песок)	200	1,68
2,25	0,3	15,3	75	-	Хлеб пшеничный йодированный	30	1,81
1,3	0,24	7,9	39,6	-	Хлеб ржаной	20	1,03
0,52	0,52	12,74	61	-	Яблоко свежее	130	27,94
31,42	24,82	81,74	684,5		Итого	825	100,13
Льготное питание							
78,00							
Обед 12 лет и старше							
3,7	3,7	18	121	698/998	Суп картофельный с фаршем (фарш, картофель, морковь, лук репч., масло раст., соль йод.)	5/250	18,98
21,9	17,9	3,1	262,5	224	Фрикадельки Удинские (говядина, молоко 3,2%, лук репчатый, яйцо, соль йодир)	100	48,64
5,3	5,3	23,4	163	676	Гарнир каша гречневая вязкая (крупа гречневая, масло сливочное, соль йод.)	180	9,50
0,05	0,02	9,1	37	663	Чай с сахаром (чай, сахар-песок)	200	1,68
3	0,4	20,4	100	-	Хлеб пшеничный йодированный	40	2,42
1,3	0,24	7,9	39,6	-	Хлеб ржаной	20	1,03
0,52	0,52	12,74	61	-	Яблоко свежее	130	27,94
35,77	28,08	94,64	784,1		Итого	925	110,19
Льготное питание							
90,00							
Полдник							
5,58	17,4	42,02	347	385	Рогалик сахарный (мука, сл.масло, яйцо, сахар-песок, сода)	75	20,37
0,3	0,04	14,6	60	977	Чай с медом (чай, мед)	200/20	12,27
5,88	17,44	56,62	407		Итого		32,64

ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР
КАЛЬКУЛЯТОР
ЗАВ ПРОИЗВОДСТВОМ

А.М. Шахова
А.П. Мальгина
А.М.ШАХОВА
А.П.МАЛЬГИНА

<http://комбинат-уу.рф>