

Без ГМО
и
пищевых добавок

МКП «Городской комбинат школьного питания»

М Е Н Ю школы № 7

На 15 января 2024 г.

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

«Согласовано»
Директор школы № 7



Б	Ж	У	ЭЦ ккал	№ ТТК	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб.	
Завтрак 7-11 лет								
1,37	2,98	0,88	35,82		Сыр в индивидуальной упаковке 1 шт	18	14,48	
6,54	8,26	34,10	219,90	898	Каша молочная ячневая с маслом (крупа ячневая, молоко, сахар-песок, соль йод., масло слив.) 190/9	199	21,09	
3,09	7,43	21,59	159,76	778	Бутерброд с маслом (масло сливочное, хлеб пшен. йод.) 15/40	55	16,83	
1,51	1,13	12,61	66,65	1066	Кофейный напиток злаковый (кофейный напиток, молоко, сахар)	200	9,80	
0,63	2,8	25,80	130,92		Зефир с вареной сгущенкой в п/у	35	22,80	
13,14	22,6	94,98	613,05		Итого	507	85,00	
Льготное питание								85,00
Завтрак 12 лет и старше								
1,37	2,98	0,88	35,82		Сыр в индивидуальной упаковке 1 шт	18	14,48	
8,21	10,38	42,83	297,62	898	Каша молочная ячневая с маслом (крупа ячневая, молоко, сахар-песок, соль йод., масло слив.) 240/10	250	25,42	
3,26	8,12	21,77	173,23	778	Бутерброд с маслом (масло сливочное, хлеб пшен. йод.) 16/37	53	17,50	
1,51	1,13	12,61	66,65	1066	Кофейный напиток злаковый (кофейный напиток, молоко, сахар)	200	9,80	
0,63	2,8	25,80	130,92		Зефир с вареной сгущенкой в п/у	35	22,80	
14,98	25,41	103,89	704,24		Итого	556	90,00	
Льготное питание								90,00
Обед 7-11 лет								
4,19	7,63	5,19	106,18	8/998	Щи по - уральски с фрикадельками (фрикадельки мясные, крупа пшено, лук репч., морковь, капуста св., масло подсолн., соль йодир., томат. паста) 10/190	200	10,47	
14,2	14,23	9,4	222,47	1061	Котлета Мечта с маслом (минтай, свинина, хлеб пш, молоко, лук репч., сухари панир., масло растит., масло сл.) 90/5	95	41,47	
3,84	5,10	38,87	216,78	552	Рис отварной (Крупа рисовая, масло сл., соль йод.)	160	14,86	
0,25	1,11	18,67	85,67	904	Напиток из облепихи протертой с сахаром (облепиха протертая с сахаром, вода)	200	12,79	
2,25	0,30	15,30	72,90	-	Хлеб пшеничный йодированный	30	2,49	
0	0	13,75	55,00	-	Пюре фруктовое (1 шт.)	125	22,92	
24,73	28,37	101,18	759		Итого	810	105,00	
Льготное питание								105,00
Обед 12 лет и старше								
5,23	9,54	6,49	132,72	8/998	Щи по - уральски с фрикадельками (фрикадельки мясные, крупа пшено, лук репч., морковь, капуста св., масло подсолн., соль йодир., томат. паста) 20/230	250	18,01	
14,95	14,98	9,89	234,18	1061	Котлета Мечта с маслом (минтай, свинина, хлеб пш, молоко, лук репч., сухари панир., масло растит., масло сл.) 90/10	100	45,97	
4,57	6,06	46,16	257,43	552	Рис отварной (Крупа рисовая, масло сл., соль йод.)	190	17,65	
0,25	1,11	18,67	85,67	904	Напиток из облепихи протертой с сахаром (облепиха протертая с сахаром, вода)	200	12,79	
2,40	0,32	16,32	77,76	-	Хлеб пшеничный йодированный	32	2,66	
0	0	13,75	55,00	-	Пюре фруктовое (1 шт.)	125	22,92	
27,4	32,01	111,28	842,76		Итого	897	120,00	
Льготное питание								120,00
Полдник								
6,87	8,13	58,09	333,04	333	Булочка «Гребешки с повидлом» (мука пшен., молоко, сахар-песок, яйца, дрожжи, масло сл., повидло, масло подс.)	100	19,73	
5,34	4,80	9,40	102,16	997	Молоко питьевое	200	20,67	
12,21	12,93	67,49	435,2		Итого	300	40,40	

ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР

КАЛЬКУЛЯТОР

ЗАВ ПРОИЗВОДСТВОМ

А.М.ШАХОВА

С.А.БАТУРИНА

<http://комбинат-уу.рф>

Без ГМО
и
пищевых добавок

МКП «Городской комбинат школьного питания»

М Е Н Ю школы № 7

На 16 января 2024 г.

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

«Согласовано»
Директор школы № 7



Б	Ж	У	ЭЦ ккал	№ ТТК	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб.	
Завтрак 7- 11 лет								
6,85	7,591	37,74	249,56	53	Каша молочная «Улыбка» с маслом (крупа рисовая, крупа геркулес, молоко, сахар-песок, соль йод., масло слив.) 190/10	200	27,47	
6,20	11,69	19,23	206,86	909	Бутерброд ветчиной и маслом (ветчина, масло сливочное, хлеб пшен. йод.) 27/10/33	70	24,61	
1,82	1,67	13,22	75,19	986	Какао-напиток (какао порошок, молоко, сахар)	200	10,00	
0	0	13,75	55,00	-	Пюре фруктовое (1 шт.)	125	22,92	
14,87	20,951	83,94	586,61		Итого	595	85,00	
Льготное питание								85,00
Завтрак 12 лет и старше								
7,54	8,70	41,52	274,52	53	Каша молочная «Улыбка» с маслом (крупа рисовая, крупа геркулес, молоко, сахар-песок, соль йод., масло слив.) 210/10	220	29,41	
6,82	12,85	21,15	227,55	909	Бутерброд ветчиной и маслом (ветчина, масло сливочное, хлеб пшен. йод.) 25/14/38	77	27,67	
1,82	1,67	13,22	75,19	986	Какао-напиток (какао порошок, молоко, сахар)	200	10,00	
0	0	13,75	55,00	-	Пюре фруктовое (1 шт.)	125	22,92	
16,18	23,22	89,64	632,26		Итого	622	90,00	
Льготное питание								90,00
Обед 7-11 лет								
14,15	33,11	43,37	428,13	1084	Пельмени отварные в бульоне (пельмени п/ф, соль йод., приправа) 115/130	245	43,01	
10,69	12,51	4,10	171,71	675	Мясо тушеное с морковью и луком (говядина, морковь, лук репч., масло подсол., томат, мука пшен., соль йодир.) 45/45	90	52,37	
4,28	3,83	29,57	169,79	585	Перловка отварная (крупа перловая, масло слив., соль йодир.)	150	6,58	
0	0	9,08	36,32	431	Чай с сахаром (чай, сахар)	200	1,63	
1,28	0,17	8,67	41,31	-	Хлеб пшеничный йодированный	17	1,41	
30,4	49,62	94,79	847,26		Итого	702	105,00	
Льготное питание								105,00
Обед 12 лет и старше								
15,60	39,49	47,80	452,02	1084	Пельмени отварные в бульоне (пельмени п/ф, соль йод., приправа) 130/140	270	48,61	
14,26	16,68	5,46	228,95	675	Мясо тушеное с морковью и луком (говядина, морковь, лук репч., масло подсол., томат, мука пшен., соль йодир.) 50/70	120	59,28	
5,13	4,59	35,48	203,74	585	Перловка отварная (крупа перловая, масло слив., соль йодир.)	180	7,90	
0	0	9,08	36,32	431	Чай с сахаром (чай, сахар)	200	1,63	
2,33	0,31	15,81	75,33	-	Хлеб пшеничный йодированный	31	2,58	
37,32	61,07	113,63	996,36		Итого	801	120,00	
Льготное питание								120,00
Полдник								
11,52	15,73	37,59	338,03	328	Плюшка "Эстонская" с сыром (тесто сдобное дрожжевое, сыр, масло слив.)	100	35,49	
0,04	0	9,19	36,92	431	Чай с лимоном (чай, сахар, лимон)	200/4	2,89	
11,56	15,73	46,78	374,95		Итого	304	38,38	

ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР

КАЛЬКУЛЯТОР

ЗАВ ПРОИЗВОДСТВОМ

А.М.ШАХОВА

С.А.БАТУРИНА

<http://комбинат-уу.рф>

Без ГМО
и
пищевых добавок

МКП «Городской комбинат школьного питания»
М Е Н Ю школы № 7
На 17 января 2024 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							
0,64	0,16	5,72	26,88	984	Закуска порционированная (кукуруза консерв.)	40	15,12
11,22	9,48	36,60	276,60	448	Макароны с ветчиной и томатом (макаронные изделия, ветчина, лук репчатый, томатная паста, масло сл., соль йодир)	200	22,96
0,15	0	14,61	59,04	977	Чай с мёдом (чай, мёд, вода)	200/20	13,93
2,70	0,36	18,36	87,48	-	Хлеб пшеничный йодированный	36	2,99
2,60	1,60	32,80	156,00		Гематоген 1 шт	40	30,00
17,31	11,6	108,09	606		Итого	536	85,00
Льготное питание							
Завтрак 12 лет и старше							
0,64	0,16	5,72	26,88	984	Закуска порционированная (кукуруза консерв.)	40	15,12
14,03	11,85	45,75	345,75	448	Макароны с ветчиной и томатом (макаронные изделия, ветчина, лук репчатый, томатная паста, масло сл., соль йодир)	250	28,71
0,15	0	14,61	59,04	977	Чай с мёдом (чай, мёд, вода)	200/20	13,93
2,03	0,27	13,77	65,61	-	Хлеб пшеничный йодированный	27	2,24
2,60	1,60	32,80	156,00		Гематоген 1 шт	40	30,00
19,45	13,88	112,65	653,28		Итого	577	90,00
Льготное питание							
Обед 7-11 лет							
4,16	4,24	6,39	130,37	1079	Бульон с мясными фрикадельками и гренками (фрикадельки мясные, морковь, лук репч., чеснок сух., приправа, соль йод., гренки) 20/180/15	215	16,94
21,66	22,31	25,41	439,13	27	Жаркое по домашнему (говядина, картофель, лук репч., масло растит., томат. паста, соль йодир., приправа) 55/210	265	82,93
0,04	0	9,19	36,92	431	Чай с лимоном (чай, сахар, лимон)	200/4	2,89
2,03	0,27	13,77	65,61	-	Хлеб пшеничный йодированный	27	2,24
27,89	26,82	54,76	672,03		Итого	711	105,00
Льготное питание							
Обед 12 лет и старше							
5,62	5,80	5,12	171,16	1079	Бульон с мясными фрикадельками и гренками (фрикадельки мясные, морковь, лук репч., чеснок сух., приправа, соль йод., гренки) 20/230/15	265	17,34
24,53	25,26	28,77	490,52	27	Жаркое по домашнему (говядина, картофель, лук репч., масло растит., томат. паста, соль йодир., приправа) 65/240	305	97,11
0,04	0	9,19	36,92	431	Чай с лимоном (чай, сахар, лимон)	200/4	2,89
2,40	0,32	16,32	77,76	-	Хлеб пшеничный йодированный	32	2,66
32,59	31,38	59,4	776,36		Итого	806	120,00
Льготное питание							
Полдник							
1,75	10,04	38,01	285,4	60	Пирожки печеные с мясо-картофельным фаршем (тесто сдоб., фарш мясо-картофельный, яйцо, масло раст.)	100	29,26
0	0	9,08	36,32	663	Чай с сахаром (чай, сахар, вода)	200	1,71
12,27	11,44	46,67	338,69		Итого	300	30,97

ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР
КАЛЬКУЛЯТОР
ЗАВ ПРОИЗВОДСТВОМ

А.М.ШАХОВА
С.А.БАТУРИНА

<http://комбинат-уу.рф>

Без ГМО
и
пищевых добавок

МКП «Городской комбинат школьного питания»

М Е Н Ю школы № 7

На 18 января 2024 г.

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

«Согласовано»
Директор школы № 7



Б	Ж	У	ЭЦ ккал	№ ТТК	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб.	
Завтрак 7-11 лет								
1,64	1,47	0,09	20,15	776	Яйцо перепелиное вареное (1 шт.)	15	8,55	
6,85	5,78	45,18	220,10	623	Каша молочная кукурузная с маслом (крупа кукурузная, молоко 3,2%, сахар-песок, соль йод., масло слив.) 190/10	200	23,04	
5,71	4,06	19,13	135,91	868	Бутерброд с сыром (сыр Российский, хлеб пш.. йодиров.) 20/30	50	18,04	
1,36	1,41	2,14	26,69	603	Чай с молоком (чай, молоко, вода)	200	6,37	
4,89	7,13	35,36	206,59	413	Коржик молочный (конд.цех) (яйцо, масло сл., мука, сахар, молоко)	75	29,00	
20,45	19,85	101,9	609,44		Итого	540	85,00	
Льготное питание								85,00
Завтрак 12 лет и старше								
1,64	1,47	0,09	20,15	776	Яйцо перепелиное вареное (1 шт.)	15	8,55	
7,19	6,06	47,44	273,10	623	Каша молочная кукурузная с маслом (крупа кукурузная, молоко 3,2%, сахар-песок, соль йод., масло слив.) 200/10	210	23,78	
6,74	4,79	22,57	160,38	868	Бутерброд с сыром (сыр Российский, хлеб пш.. йодиров.) 25/34	59	22,30	
1,36	1,41	2,14	26,69	603	Чай с молоком (чай, молоко, вода)	200	6,37	
4,89	7,13	35,36	206,59	413	Коржик молочный (конд.цех) (яйцо, масло сл., мука, сахар, молоко)	75	29,00	
21,82	20,86	107,6	686,91		Итого	559	90,00	
Льготное питание								90,00
Обед 7-11 лет								
3,61	5,25	9,83	100,97	165/998	Борщ с капустой, картофелем и фаршем (говядина, картофель, капуста, морковь, лук репч., свекла, томат паста, масло раст., соль йод.) 10/190	200	17,57	
10,69	14,88	8,44	210,44	222/370	Ёжики мясные с соусом красным (говядина, свинина, крупа рисовая, лук репч., соль йод, соус красный осн.) 80/30	110	37,48	
7,43	5,69	45,58	263,23	632	Гарнир каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, масло слив., соль йод.)	180	12,77	
0,13	0,09	15,82	64,61	1083	Напиток из ягоды протертой с сахаром (брусника протертая с сахаром, сахар-песок)	200	13,42	
1,95	0,26	13,26	63,18	-	Хлеб пшеничный йодированный	26	2,16	
0,39	2,49	26,53	130,09		Зефир в п/у	35	21,60	
24,2	28,66	119,46	832,52		Итого	751	105,00	
Льготное питание								105,00
Обед 12 лет и старше								
4,87	7,08	13,27	136,21	165/998	Борщ с капустой, картофелем, фаршем (говядина, картофель, капуста, морковь, лук репч., свекла, томат паста, масло раст., соль йод.) 20/250	270	30,73	
10,69	14,88	8,44	210,44	222/370	Ёжики мясные с соусом красным (говядина, свинина, крупа рисовая, лук репч., соль йод, соус красный осн.) 80/30	110	37,48	
8,26	6,32	50,64	292,48	632	Гарнир каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, масло слив., соль йод.)	200	14,19	
0,13	0,09	15,82	64,61	1083	Напиток из ягоды протертой с сахаром (брусника протертая с сахаром, сахар-песок)	200	13,42	
2,33	0,31	15,81	75,33	-	Хлеб пшеничный йодированный	31	2,58	
0,39	2,49	26,53	130,09		Зефир в п/у	35	21,60	
26,67	31,17	130,51	909,16		Итого	846	120,00	
Льготное питание								120,00
Полдник								
6,73	11,91	56,05	358,31	325	Булочка «Обсыпная» с повидлом (мука, дрожжи прес., повидло, соль йодир., сахар-песок, масло слив.)	100	21,49	
0,15	0	14,61	59,04	977	Чай с мёдом (чай, мёд, вода)	200/20	13,93	
6,88	11,91	70,66	417,35		Итого	320	35,42	

ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР

КАЛЬКУЛЯТОР

ЗАВ ПРОИЗВОДСТВОМ

Handwritten signature

А.М.ШАХОВА

С.А.БАТУРИНА

<http://комбинат-уу.рф>

Без ГМО
и
пищевых добавок

МКП «Городской комбинат школьного питания»

М Е Н Ю школы № 7

На 19 января 2024 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							
0,93	0,06	1,95	20,06	984	Закуска порционированная (горошек зеленый консервированный)	30	13,67
7,35	10,29	9,42	179,75	18/370	Тефтели II вариант с соусом красным (говядина, крупа рисовая, лук, мука, масло подсолн., соль йод., соус красн.осн.) 80/30	110	39,97
3,30	4,77	21,44	141,86	371	Пюре картофельное (картофель, молоко, масло слив., соль йод.)	160	22,51
0,21	0,07	13,13	53,99	1083	Напиток из шиповника (шиповник, сахар, лимон)	200	5,94
2,63	0,35	17,85	85,05	-	Хлеб пшеничный йодированный	35	2,91
14,42	15,54	63,79	480,71		Итого	535	85,00
Льготное питание							
Завтрак 12 лет и старше							
0,93	0,06	1,95	20,06	984	Закуска порционированная (горошек зеленый консервированный)	30	13,67
7,35	10,29	9,42	179,75	18/370	Тефтели II вариант с соусом красным (говядина, крупа рисовая, лук, мука, масло подсолн., соль йод., соус красн.осн.) 80/30	110	39,97
4,12	5,96	26,80	197,32	371	Пюре картофельное (картофель, молоко, масло слив., соль йод.)	200	28,09
0,21	0,07	13,13	53,99	1083	Напиток из шиповника (шиповник, сахар, лимон)	200	5,94
2,10	0,28	14,28	68,04	-	Хлеб пшеничный йодированный	28	2,33
14,71	16,66	65,58	519,16		Итого	568	90,00
Льготное питание							
Обед 7-11 лет							
4,07	7,47	12,11	131,96	17	Уха Рыбачья (картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное, масло сливочное, сайра) 15/190	205	25,38
11,73	17,92	12,28	257,35	246	Котлета Домашняя с соусом красным (говядина, свинина, батон., лук репч., яйцо, сухари панир., масло подс. соль йодир., соус красный осн.) 90/20	110	42,55
5,42	4,07	31,08	185,45	307	Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, масло сл.)	150	8,70
0,09	0,39	18,95	79,66	435	Компот из изюма с вит С (изюм, сахар, витамин С)	180	8,19
1,80	0,24	12,24	58,32	-	Хлеб пшеничный йодированный	24	1,99
1,40	0,40	22,80	100,40		Сок фруктовый в п/у	1/200	18,19
24,51	30,49	109,46	813,14		Итого	869	105,00
Льготное питание							
Обед 12 лет и старше							
5,06	9,29	15,07	164,15	17	Уха Рыбачья (картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное, масло сливочное, сайра) 25/230	255	37,29
12,8	19,55	13,4	280,75	246	Котлета Домашняя с соусом красным (говядина, свинина, батон., лук репч., яйцо, сухари панир., масло подс. соль йодир., соус красный осн.) 90/30	120	43,15
6,50	4,88	38,16	222,53	307	Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, масло сливочное, соль йодиров.)	180	10,44
0,10	0,43	21,06	88,51	435	Компот из изюма с вит С (изюм, сахар, витамин С)	200	9,10
1,40	0,40	22,80	53,46	-	Хлеб пшеничный йодированный	22	1,83
1,40	0,40	22,80	100,40		Сок фруктовый в п/у	1/200	18,19
27,26	34,95	133,29	909,8		Итого	977	120,00
Льготное питание							
Полдник							
11,87	8,28	37,67	272,68	68	Хачапури «Школьник» (мука, сахар-песок, масло подсол., яйцо, дрожжи, сыр Российский, картофель, соль йод.)	100	28,39
1,36	1,41	2,14	26,69	603	Чай с МОЛОКОМ (чай, молоко, вода)	200	6,37
13,23	9,69	39,81	299,37		Итого	300	34,76

ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР

КАЛЬКУЛЯТОР

ЗАВ ПРОИЗВОДСТВОМ

А.М.ШАХОВА

С.А.БАТУРИНА

<http://комбинат-уу.рф>