

Меню на 20.01.2025 год Корпус 2

Меню

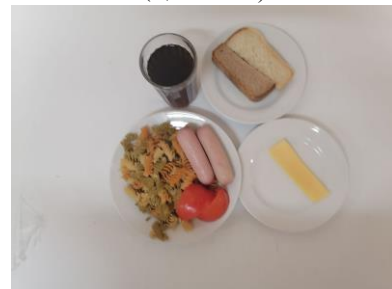
Фотографии блюд

Акционерное общество «Комбинат школьного питания»
 Структурное подразделение 028 (СОШ № 22 корпус 2) МБОУ МКУ "УУиО"
 Материально-ответственное лицо Дубинина С. А. Дата 20.01.2025

МЕНЮ

Наименование блюд	Вес блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность	
		белки	жиры	углеводы		
Бесплатное питание (12 лет и старше)						
Завтрак	Каша молочная пшеничная	210	3,31	1,65	17,28	97,2
Завтрак	Масло сливочное	17	0,14	12,33	0,22	112,35
Завтрак	Чай с сахаром	200	0,19	0,04	7,22	30,03
Завтрак	Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	57,17
Итого:		452	5,35	14,27	36,73	296,75
Стоимость питания, руб:						
Льготное питание (7-11 лет)						
Завтрак	Помидор свежий дольками	85	0,92	0,17	4,34	22,54
Завтрак	Сосиски отварные	100	7,98	13,68		155,04
Завтрак	Макаронные изделия отварные цветные	210	6,5	4,33	38,64	219,5
Завтрак	Чай с сахаром	200	0,19	0,04	7,22	30,03
Завтрак	Сыр порционно	15	3,67	3,44		45,64
Завтрак	Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	53,05
Завтрак	Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	57,17
Итого:		660	22,64	22,16	73,24	582,96
Стоимость питания, руб:						
Обед	Огурец свежий	90	0,6	0,1	3,33	16,63
Обед	Суп гороховый с зеленью	250	4,86	2,66	25,86	146,82
Обед	Говядина отварная для I блюд	15	2,04	1,46	0,09	21,68
Обед	Каша гречневая с филе индейки	250	12,92	15,67	56,93	420,39
Обед	Компот из смеси сухофруктов (вит.50)	200	0,49	0,03	21,64	88,79
Обед	Блинчик с молоком стуженным вареным	50	7,23	9,6	15,17	176,04
Обед	Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	53,05
Обед	Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	57,17
Итого:		905	31,53	30,02	146,07	980,56
Стоимость питания, руб:						
Льготное питание (7-11 лет)						
Обед	Огурец свежий	85	0,56	0,1	3,15	15,71
Обед	Суп гороховый с зеленью	250	4,86	2,66	25,86	146,82
Обед	Говядина отварная для I блюд	15	2,04	1,46	0,09	21,68
Обед	Каша гречневая с филе индейки	250	12,92	15,67	56,93	420,39
Обед	Компот из смеси сухофруктов (вит.50)	200	0,49	0,03	21,64	88,79
Обед	Блинчик с молоком стуженным вареным	50	7,23	9,6	15,17	176,04
Обед	Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	53,05
Обед	Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	57,17
Итого:		900	31,5	30,01	145,88	979,64
Стоимость питания, руб:						
Полдник	Помидор свежий дольками	85	0,92	0,17	4,34	22,54
Полдник	Сосиски отварные	100	7,98	13,68		155,04
Полдник	Макаронные изделия отварные цветные	210	6,5	4,33	38,64	219,5
Полдник	Чай с сахаром	200	0,19	0,04	7,22	30,03
Полдник	Сыр порционно	15	3,67	3,44		45,64
Полдник	Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	53,05
Полдник	Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	57,17
Итого:		660	22,64	22,16	73,24	582,96
Стоимость питания, руб:						
Льготное питание (12 лет и старше)						

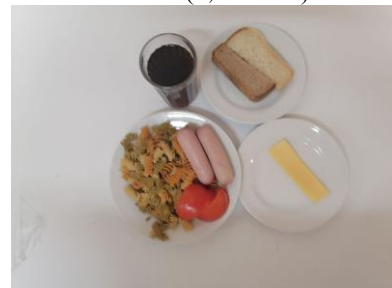
Завтрак для учащихся 1-4 классов, питающихся бесплатно (1,2 смена)



Бесплатное питание 5-11 классы



Завтрак платное питание 5-11 классы (1,2 смена)



ГПД – обед

Полдник - ГПД

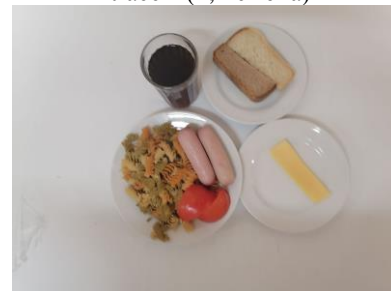
Завтрак льготная категория 1-4
классы (1,2 смена)



Обед льготная категория 1-4
классы (1,2 смена)



Завтрак льготная категория 5-11
классы (1,2 смена)



Завтрак	Помидор свежий дольками	80	0,85	0,12	3,06	15,91
Завтрак	Сосиски отварные	100	7,98	13,88		155,04
Завтрак	Макарон с сыром	180	9,93	8,19	35,53	255,53
Завтрак	Чай с сахаром	180	0,17	0,04	6,5	27,03
Завтрак	Груша	135	0,54	0,41	17,89	76,55
Завтрак	Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	53,05
Завтрак	Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	57,17
	Итого:	705	22,66	22,93	85,92	410,27
						6,12
Обед	Огурцы консервированные	40	0,16	0,16	1,18	6,12
Обед	Суп гороховый	250	2,07	5,13	10,87	87,91
Обед	Зелень свежая (укроп, петрушка)	1	0,03		0,09	0,49
Обед	Говядина отварная для 1 блюда	10	1,96	0,97	0,06	14,45
Обед	Каша гречневая с филе индейки	250	12,92	15,67	56,93	420,39
Обед	Компот из смеси сухофруктов (лит.70)	200	0,49	0,03	10,82	45,5
Обед	Фефтели	50	1,97	11,84	33,85	249,83
Обед	Блишечки "На здоровье" пшенично-ржаной	20	1,57	0,59	9,8	50,79
Обед	Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	57,17
	Итого:	846	22,13	34,63	135,51	942,65
	Стоимость питания, руб:					
Льготное питание (12 лет и старше)						
Обед	Огурцы свежие	80	0,53	0,09	2,96	14,79
Обед	Суп гороховый с зеленью	250	4,88	2,66	25,86	146,82
Обед	Зелень свежая (укроп, петрушка)	15	2,04	1,48	0,09	21,68
Обед	Говядина отварная для 1 блюда	250	12,92	10,97	56,93	420,39
Обед	Каша гречневая с филе индейки	200	0,49	0,03	21,64	88,79
Обед	Компот из смеси сухофруктов (лит.50)	50	7,23	9,6	16,17	176,04
Обед	Блишечки с маком сгущенным вареным	25	1,67	0,25	11,03	53,05
Обед	Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,72	0,25	12,01	57,17
Обед	Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	57,17
	Итого:	895	31,47	30,81	145,7	978,72
						25,19
Полдник	Помидор свежий дольками	80	1,02	0,19	4,85	155,04
Полдник	Сосиски отварные	100	7,98	13,68		216,5
Полдник	Макаронные изделия отварные цветные	210	6,5	4,33	36,64	30,03
Полдник	Чай с сахаром	200	0,19	0,04	7,22	45,64
Полдник	Сыр порционный	15	3,67	3,44		53,05
Полдник	Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	57,17
Полдник	Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	57,17
	Итого:	670	22,75	22,13	75,75	585,61
	Стоимость питания, руб:					
Завтрак (7 - 11 лет)						
Завтрак	Сосиски отварные	180	7,98	13,68		209,05
Завтрак	Макаронные изделия отварные цветные	200	6,19	4,12	36,8	13,26
Завтрак	Помидор свежий дольками	80	0,64	0,1	2,55	30,03
Завтрак	Чай с сахаром	200	0,19	0,04	7,22	45,64
Завтрак	Сыр порционный	15	3,67	3,44		53,05
Завтрак	Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	57,17
Завтрак	Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	57,17
	Итого:	615	21,95	21,89	69,61	563,24
	Стоимость питания, руб:					
Обед (7 - 11 лет)						
Обед	Огурцы свежие	100	0,66	0,11	3,7	13,14
Обед	Суп гороховый с зеленью	225	4,37	2,36	23,27	132,91
Обед	Зелень свежая (укроп, петрушка)	30	2,73	1,85	0,12	28,91
Обед	Говядина отварная для 1 блюда	280	12,92	15,67	56,93	420,39
Обед	Каша гречневая с филе индейки	200	0,49	0,03	21,64	88,79
Обед	Компот из смеси сухофруктов (лит.50)	50	7,23	9,6	16,17	176,04
Обед	Блишечки с маком сгущенным вареным	25	1,67	0,25	11,03	53,05
Обед	Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	53,05

Обед льготная категория 5-11
классы (1,2 смена)



Обед	Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	57,17
Итого:		895	31,8	30,25	143,88	974,96
Стоимость питания, руб:						
Завтрак (12 лет и старше)						
Завтрак	Сосиски отварные	100	7,98	13,68		155,04
Завтрак	Макаронные изделия отварные цветные	200	6,19	4,12	36,8	209,05
Завтрак	Помидор свежий дольками	10	0,11	0,02	0,51	2,65
Завтрак	Чай с сахаром	180	0,17	0,04	6,5	27,03
Завтрак	Сыр порционно	15	3,67	3,44		46,64
Завтрак	Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	57,17
Завтрак	Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	53,05
Итого:		555	21,51	21,8	66,85	349,62
Стоимость питания, руб:						
Обед (12 лет и старше)						
Обед	Суп гороховый с зеленью	250	4,88	2,66	25,86	146,82
Обед	Каша гречневая с филе индейки	210	10,85	13,16	47,82	363,13
Обед	Чай с сахаром	180	0,17	0,04	6,5	27,03
Обед	Блинчик с молоком сгущенным вареным	50	7,23	9,8	15,17	178,04
Обед	Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	57,17
Итого:		715	24,83	25,71	107,36	760,18
Стоимость питания, руб:						
ГПД полдник						
Полдник	Каша молочная пшеница	188	3,12	1,55	16,3	91,64
Полдник	Масло сливочное	5	0,04	3,63	0,07	33,05
Полдник	Компот из смеси сухофруктов (вкл.50)	200	0,49	0,03	21,64	88,79
Итого:		403	3,65	5,21	38	213,48
Стоимость питания, руб:						
ГПД (7 -11 лет) Обед						
Обед	Огурец свежий	25	0,17	0,03	0,93	4,62
Обед	Суп гороховый с зеленью	240	4,67	2,55	24,83	140,95
Обед	Каша гречневая с филе индейки	250	12,92	15,67	56,83	420,39
Обед	Чай зеленый с сахаром	200			9,08	36,33
Обед	Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	53,05
Итого:		740	19,42	18,5	102,79	655,34
Стоимость питания, руб:						

Директор ОУ
Шеф-повар
Медицинский работник



Постникова Л.А.
Дубинина С.А.
Альвердиева Э.Р.