

ИП Пятаева Т.О.
Меню по столовой МБОУ СОШ № 28 г. Пензы им. В.О. Ключевского
на 01 октября 2025 год

Согласовано
 Директор МБОУ СОШ №28 г. Пензы им. В.О. Ключевского
 Ю.Е. Макеева

Завтрак												
Наименование блюдо	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углевод ы	Энергетич еская ценность	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углевод	Энергети ческая ценность
1-4 классы							5-11 классы					
Омлет натуральный	75	25.54	9,29	16,55	1.76	193,1	100	33.84	16,56	27.6	3,06	327
Фрукт сезонного значения	150	28.6	0,4	0,4	9,8	47	150	28.6	0,4	0,4	98	47
Масло сливочное	10	14.1	0,08	7,25	0,13	66						
Каша пшенная	100/7,5/7.5	18.54	2,32	2,95	0	36	100/7.5/ 7.5	18.54	2,32	2,95	0	36
Батон нарезной	40	6.1	3	1.16	20.6	104.8	40	6.1	3	1.16	20.6	104.8
Чай с сахаром	180/7.5	4,38,	0,07	0,02	15	60	200/10	4.92	0.1	0	15	60
Хлеб ржаной	25	2,5	1,65	0,3	8,35	58						
Итого		99.76						92				
Итого на завтрак			16,81	28,63	143.84	564.9			22.38	32.11	136.66	574.8
Обед 1-4 классы							5-11 классы					
Салат витаминный	60	9,8	0,6	6,12	2,1	66	100	14.72	0,6	6,12	2,1	66
Рассольник «Ленинградский»	200	11,5	2,075	5,2	12,8	106,25	250/20	25.56	2,075	5,2	12,8	106,25
Сметана							10	5.1	0.25	2	0.35	2.5
Тефтели из говядины	90	49.41	13,3	7,2	6.3	143	110	61.12	13,3	7.2	6,3	143
Макароны отварные	150	9,75	3,69	6,075	33,85	204,6	180	12.2	3,69	6,075	33,85	204,6
Напиток из шиповника	200	10.7	1	0	15	110	200	10.7	1	0	15	110
Батон нарезной	40	6.1	3	1.16	20.6	104.8	40	6.1	3	1.16	20.6	104.8
Хлеб ржаной	25	2,5	1,65	0,3	8.35	58	25	2,5	1,65	0,3	8.35	58
Итого		99.76						138				
Итого за обед			25,315	26.055	99	792.65			25.565	28,055	99.35	795.15
Свободный выбор												
Холодное блюдо												
Салат из свежих помидор и огурцов	100		14.00			100			14.00			
I блюдо												
Суп картофельный	250		12.00			250			12,00			
II блюдо												
Птица тушеная	100		80.00			100			80.00			
III блюдо												
Сок	1/200		35,00			1/200			35,00			
IV блюдо												
Картофельное пюре	150		12.00			150			12,00			
Выпечка												
Пирожок с джемом	75		35,00			75			35,00			
Плюшка с маком	75		35,00			75			35,00			
Пирожок с шоколадом	75		35,00			75			35,00			

Зав. производством _____