

ИП Пятаева Т.О.
Меню по столовой МБОУ СОШ № 28 г. Пензы им. В.О. Ключевского
на 06 октября 2025 год

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

Завтрак	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углевод ы	Энергети ческая ценность	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углевод ы	Энергетичес кая ценность
Наименование блюдо												
1-4 классы							5-11 классы					
Каша вязкая молочная пшеничная	200/10/10	31.46	6,48	8,3	40,73	264	150/7.5 /7.5	22.7	8,18	12,8	42,46	318
Какао с молоком	180	17.9	3.67	5.04	13.35	141	200	18.9	3.67	5.04	13.35	141
Сок фруктовый	200	28.6	1	0,2	20,2	84,8	200	28.6	1	0.2	20.2	84.8
Хлеб ржаной	25	2,5	1.65	0,3	8,35	58	25	2,5	1,65	0,3	8,35	43,5
Бутерброд с сыром	15/30	19,3	5.22	7,47	13,35	141,3	15/30	19.3	5,76	5,25	14,94	133
Итого		99.76						92				
Итого на завтрак			18.02	21.31	95.98	689.1			19.26	23.39	79.1	720.3

Обед							5-11 классы					
1-4 классы												
Овощи натуральные свежие (огурец)	60	12.5	0.96	6.06	1.8	65.4	100	18.4	0.96	6.06	1.8	65.4
Рассольник Ленинградский	200	11.5	5.8	7.62	12.5	142	250	14.15	5.8	7.62	12.5	142
Сметана							10	5.1	0.25	2	0.35	2.5
Рыба тушеная в томате с овощами	90	50.46	27.3	8.1	33.2	314.6	110	72.35	27.3	8.1	33.2	314.6
Рис отварной	150	9.8	3.67	5.42	36.67	210.11	180	12.5				
Чай с сахаром и лимоном	200/10/10	6.9	0.6	0.2	15.2	65.3	200/10/ 10	6.9	0.6	0.2	15.2	65.3
Хлеб ржаной	25	2.5	1.98	0.36	10.02	52.2	25	2.5	1.98	0.36	10.02	52.2
Батон нарезной	40	6.1	3	1.16	20.6	104.8	40	6.1	3	1.16	20.6	104.8
Итого		99.76						138				
Итого за обед			43.31	28.92	129.99	954.41			39.89	25.5	93.67	746.8

Свободный выбор				
Холодное блюдо				
Салат из свеклы	100	10,00	100	10,00
I блюдо				
Суп лапша домашняя	250	15,00	250	15,00
II блюдо				
Котлета из птицы	90	55,00	90	55,00
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 со сгущенкой	75	35,00	75	35,00
Пирожок с шоколадом	75	35,00	75	35,00

Зав. производством