

ИП Пятаева Т.О.
Меню по столовой МБОУ СОШ № 28 г. Пензы им. В.О. Ключевского
на 08 октября 2025 год

Директор МБОУ СОШ № 28 г. Пензы им. В.О. Ключевского
О.Е. Макаева



Завтрак	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углевод ы	Энергети ческая ценность	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углевод ы	Энергети ческая ценность
Наименование блюда												
1-4 классы							5-11 классы					
Запеканка из творога	100	57.24	18	18.9	17.92	318.75	100	57.24	24	25.2	23.9	425
Молоко сгущенное с сахаром	20	8.7	0.72	0.85	5.55	32.8	10	3.49	0.72	0.85	5.55	32.8
Каша овсяная	150/7.5/7. 5	21.87	6.23	9.84	35.71	256.71	150/7.5 /7.5	21.87	4.91	6.25	26.32	180.83
Чай с сахаром и лимоном	180/7/5/7. 5	6.15	0.7	0.02	14.63	58.5	200/10/ 10	6.9	0.2	0.05	15.01	57
Батон нарезной	20	3.3	3	1.16	20.6	104.8						
Хлеб ржаной	25	2.5	1.65	0.3	8.35	42.75	25	2.5	1.65	0.3	8.35	42.75
Итого		99.76						92				
Итого на завтрак			30.3	31.07	102.76	814.31			31.48	32.65	79.13	738.38
1-4 классы							5-11 классы					
Обед												
Салат из свежих помидор и огурцов	60	9.78	1.3	8.1	7.8	108.7	100	13.5	1.3	8.1	7.8	108.7
Суп с рыбными консервами	200	10.84	1.75	4.98	7.78	83	250	13.55	1.75	4.98	7.78	83
Плов из отварной курицы	200	59.84	14.4	3.3	10.1	127.1	250	70.17	14.4	3.3	10.1	127.1
Напиток из шиповника	200	10.7	0.2	0	6.5	26.8	200	10.7	0.2	0	6.5	26.8
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
Фрукт сезонного значения							100	21.48	0.4	0.4	9.8	47
Итого		99.76						138				
Итого за обед			22.63	17.9	62.8	502.6			23.03	18.3	72.6	549.6
Свободный выбор												
Холодное блюдо												
Салат из свежих помидор	100		15.00				100		15.00			
I блюдо												
Щи из свежей капусты	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												
Гречка отварная	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			

Зав. производством Т.О. Пятаева