

ИП Пятаева Т.О.
Меню по столовой МБОУ СОШ № 28 г. Пензы им. В.О. Ключевского
на 10 октября 2025 год

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

Ю.Е. Макеева

Завтрак												
Наименование блюда	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углевод ы	Энергети ческая ценность	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углевод ы	Энергет ическая ценность
1-4 классы							5-11 классы					
Бутерброд с маслом	10/15	17.02	2.41	0.9	28.7	132	10/15	17.02	2.41	0.9	28.7	132
Каша молочная рисовая (жидкая)	150/7.5/7.5	21.99	4	2.77	34.51	179.46	200/10/10	28.01	3.74	8.85	24.1	192
Фрукт сезонного значения	150	25.57	0.4	0.4	9.8	47	150	25.57	0.4	0.4	9.8	47
Какао с молоком	180	17.9	3.67	3.19	15.82	106.74	200	18.9	4.85	5.04	32.73	195.71
Хлеб ржаной	25	2.5	1.65	0.3	8.35	43.5	25	2.5	1.1	1.76	13.25	73.18
Сыр Российский	10	14.78	2.32	2.95	0	36						
Итого		99.76						92				
Итого на завтрак			14.45	10.51	97.18	599.33			12.1	16.55	98.78	639.89
1-4 классы							5-11 классы					
Обед												
Салат из моркови с яблоками	60	9.8	0.7	8.1	5.8	99	100	13.5	0.7	8.1	5.8	99
Борщ с картофелем, капустой	200	13.2	1.75	4.98	7.78	83	250	15.5	1.75	4.98	7.78	83
Сметана							10	5.1	0.25	2	0.35	2.5
Тефтели из говядины	90	53.93	10.3	6.4	10.1	139	110	73.7	10.3	6.4	10.1	139
Гречка отварная	150/7.5	9.31	8.55	7.85	37.08	253.05	180/7/5	12.1	8.55	7.85	37.08	253.05
Компот из яблок							200	9.5	0.16	0	14.99	60.64
Чай с сахаром	200/10	4.92	0.1	0	15	60						
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			26.38	28.85	106.38	791.05			26.69	30.85	106.72	794.19
Свободный выбор												
Холодное блюдо												
Салат Витаминный	100		17,50				100		17,50			
I блюдо												
Суп картофельный с горохом	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												
Макароны отварные	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

Б-7