

ИП Пятаева Т.О.
Меню по столовой МБОУ СОШ № 28 г. Пензы им. В.О. Ключевского
на 14 октября 2024 год

Согласовано
 И.о. директора МБОУ СОШ № 28 г. Пензы
 им. В.О. Ключевского
 ИС. Цирёв



Завтрак	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углевод ы	Энергети ческая ценность	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углевод ы	Энергети ческая ценность
	1-4 классы						5-11 классы					
Каша Дружба	150/7,5/7/5	24,5	4,56	8,39	32,6	225	200/10/10	29,92	6,08	11,18	43,46	300
Сок фруктовый	200	28,94	1	0,2	20,2	84,8						
Кофейный напиток с молоком	180	9,64	2,85	2,41	14,35	90,54	200	10,5	2,79	3,19	19,71	90,54
Хлеб ржаной	25	2,29	1,4	0,3	12,35	58	25	2,29	1,65	0,3	8,35	58
Батон нарезной	25	2,29	1,14	0,42	7,71	39,3	25	2,29	1,14	0,42	7,71	39,3
Сыр российский порционный	10	14,78	2,32	2,95	0	36						
Яйцо отварное	40	15	0,08	7,25	0,13	66	40	15	0,08	7,25	0,13	66
Итого		97,44						60,00				
Итого на завтрак			20,05	19,39	82,57	599,64			11,74	22,34	79,36	553,84

Обед	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углевод ы	Энергети ческая ценность	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углевод ы	Энергети ческая ценность
	1-4 классы						5-11 классы					
Помидора свежая (нарезка)	60	14,33	0,43	6,06	1,2	61,2	100	16,33	0,43	6,06	1,2	61,2
Суп лапша домашняя	200/15	21,67	2,38	5,08	12,99	117	250	14,67	2,38	5,08	12,99	117
Плов из отварной курицы	200	44,49	15,3	14,33	24,38	297	250	49,62	15,3	14,33	24,38	297
Напиток из яблок и апельсина	200/7/5	11/37	0,1	0	15	60						
Батон нарезной	40	3,5	3	1,16	20,6	104,8						
Хлеб ржаной	20	2,08	1,98	0,36	10,02	52,2	40	3,9	1,98	0,36	10,02	52,2
Чай с сахаром							180/7/5	4,38	0,1	0	15	60
Итого		97,44						85,00				
Итого за обед			23,19	26,99	84,19	692,2			20,19	25,83	63,59	587,4

Свободный выбор												
Холодное блюдо												
Салат из квашеной капусты	100		12,00			100				12,00		
Морковь с сахаром	100		6,00			100				6,00		
I блюдо												
Суп картофельный	250		15,00			250				15,00		
II блюдо												
Котлета из птицы	80		45,00			80				45,00		
III блюдо												
Сок	1/200		35,00			1/200				35,00		
IV блюдо												
Макароньы отварные	150		12,00			150				12,00		
Гречка отварная	150		12,00			150				12,00		
Выпечка												
Ватрушка с колбасой и сыром	100		40,00			100				40,00		
Сосиска в тесте	50/100		40,00			50/100				40,00		
Пирожок с повидлом	75		30,00			75				30,00		
Плюшка с маком	75		30,00			75				30,00		

Зав. производством _____

Труба