

ИП Пятаева Т.О.
 Меню по столовой МБОУ СОШ № 28 г. Пензы им. В.О. Ключевского
 на 15 октября 2024 год

Составлено
 И.о. директора МБОУ СОШ № 28 г. Пензы им. В.О. Ключевского
 Н.Е. Шарёв



Завтрак	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углевод ы	Энергети ческая ценность	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углевод ы	Энергет ическая ценность
	1-4 классы						5-11 классы					
Запеканка из творога	100	32.04	15.33	12.91	33.55	302.8	75	20.04	24.72	26.02	29.45	457.8
Молоко сгущённое	10	3.8	0.75	0.01	5.68	26	10	3.8	0.75	0.01	5.68	26
Каша молочная манная	150/7.5/7.5	18.07	4.58	8.04	11.35	218.25	150/7.5/7.5	18.07	4.47	8.85	23.27	190.5
Чай с сахаром и лимоном	180/7.5/7.5	6.15	0.13	0.02	15.2	62	200/10/10	6.9	0.26	0.05	15.22	59
Бутерброд с джемом и маслом	40	8.9	1.1	1.76	13.25	73.18	40	8.9	1.21	0.45	14.35	66
Хлеб ржаной	25	2.29	1.65	0.03	8.35	43.5	25	2.29	1.65	0.03	8.35	43.5
Яблоко	150	26.19	0.4	0.4	9.8	47						
Итого		97,44						60,00				
Итого на завтрак			23.94	23.17	97.18	772.73			33.06	35.41	96.32	842.8
Обед	1-4 классы						5-11 классы					
Икра свекольная	60	10.04	0.9	3.3	5.04	53.4	100	13.5	0.9	3.3	5.04	53.4
Щи со свежей капустой и картофелем и курицей	200/15	21.58	1.75	4.98	7.78	83	250	13.58	1.75	4.98	7.78	83
Сметана	20	10.2	0.25	2	0.35	2.5						
Жаркое из говядины	200	42.38	13.9	2.1	9.6	113	250	48.18	13.9	2.1	9.6	113
Компот из сухофруктов	200	7.22	0.78	0.046	27.63	114.8	200	7.22	0.78	0.046	27.63	114.8
Батон нарезной	40	3.5	3	1.16	20.6	104.8						
Хлеб ржаной	30	2.52	1.98	0.36	10.02	52.2	30	2.52	1.98	0.36	10.02	52.2
Итого		97,44						85				
Итого за обед						523.7			19.31	10.786	60.07	416.4
Свободный выбор												
Холодное блюдо												
Винегрет овощной	100		15,00			100			15,00			
Салат морковь с сахаром	100		6,00			100			6,00			
I блюдо												
Суп картофельный	250		10,00			250			10,00			
II блюдо												
Гуляш из говядины	50/125					50/125						
Котлета из птицы	80		45,00			80			45,00			
III блюдо												
Сок	1/200		35,00			1/200			35,00			
IV блюдо												
Макароны отварные	150		12,00			150			12,00			
Капуста тушеная	150		10,00			150			10,00			
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			
Пирожок со сгущенкой	75		30,00			75			30,00			
Пирожок с шоколадом	75		30,00			75			30,00			

Зав. производством _____

Шарёв