

ИП Пятаева Т.О.  
 Меню по столовой МБОУ СОШ № 28 г. Пензы им. В.О. Ключевского  
 на 17 октября 2024 год

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



| Завтрак                              | Выход       | Цена         | Белки        | Жиры          | Углевод<br>ы  | Энергети<br>ческая<br>ценность | Выход     | Цена         | Белки        | Жиры         | Углевод<br>ы | Энергети<br>ческая<br>ценность |
|--------------------------------------|-------------|--------------|--------------|---------------|---------------|--------------------------------|-----------|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------------------------|
| <b>1-4 классы</b>                    |             |              |              |               |               | <b>5-11 классы</b>             |           |              |              |              |              |                                |
| Каша рисовая жидкая                  | 150/7,5/7,5 | 26,15        | 4            | 2,77          | 34,51         | 179,46                         | 250/10/10 | 32,61        | 3,74         | 8,85         | 24,1         | 192                            |
| Какао с молоком                      | 180         | 6,35         | 3,67         | 5,04          | 13,35         | 141,3                          | 200       | 7,8          | 4,85         | 5,04         | 32,73        | 195,71                         |
| Бутерброд с сыром                    | 15/30       | 17,30        | 5,22         | 7,47          | 13,35         | 141,3                          | 15/30     | 17,3         | 5,76         | 5,25         | 14,94        | 133                            |
| Хлеб ржаной                          | 25          | 2,29         | 1,65         | 0,3           | 8,35          | 34,8                           | 25        | 2,29         | 1,65         | 0,3          | 8,35         | 43,5                           |
| Сок фруктовый                        | 200         | 28,94        | 1            |               | 20,2          | 84,8                           |           |              |              |              |              |                                |
| Кондитерское изделие                 | 40          | 16,41        | 1,1          | 1,76          | 13,25         | 73,18                          |           |              |              |              |              |                                |
| <b>Итого</b>                         |             | <b>97,44</b> |              |               |               |                                |           | <b>60,00</b> |              |              |              |                                |
| <b>Итого на завтрак</b>              |             |              | <b>16,64</b> | <b>17,34</b>  | <b>103,01</b> | <b>654,84</b>                  |           |              | <b>16</b>    | <b>19,44</b> | <b>80,12</b> | <b>564,21</b>                  |
| <b>1-4 классы</b>                    |             |              |              |               |               | <b>5-11 классы</b>             |           |              |              |              |              |                                |
| Салат из свежих помидор и огурцов    | 60          | 9,1          | 0,96         | 0             | 1,8           | 13                             | 100       | 11,8         | 0,96         | 0            | 1,8          | 13                             |
| Суп картофельный с горохом и курицей | 200         | 21,63        | 2,2          | 2,95          | 14,7          | 94,25                          | 250       | 11,8         | 2,2          | 2,95         | 14,7         | 94,25                          |
| Рыба припущенная с овощами в молоке  | 90          | 37,48        | 11,75        | 13,28         | 8,02          | 196,5                          | 100       | 41,15        | 11,75        | 13,28        | 8,02         | 196,5                          |
| Картофельное пюре                    | 150         | 9,74         | 2,75         | 5,99          | 15,87         | 130,5                          | 180       | 10,2         | 2,75         | 5,99         | 15,87        | 130,5                          |
| Компот из яблок                      | 200         | 12,5         | 0,78         | 0,046         | 27,63         | 114,8                          |           |              |              |              |              |                                |
| Батон нарезной                       | 50          | 4,2          | 3            | 1,16          | 20,6          | 104,8                          |           |              |              |              |              |                                |
| Хлеб ржаной                          | 30          | 2,52         | 1,98         | 0,36          | 10,02         | 52,2                           | 40        | 3,9          | 1,98         | 0,36         | 10,02        | 52,2                           |
| Чай с сахаром и лимоном              |             |              |              |               |               |                                | 200/10/10 | 6,15         | 0,13         | 0,02         | 15,2         | 62                             |
| <b>Итого</b>                         |             | <b>97,44</b> |              |               |               |                                |           | <b>85</b>    |              |              |              |                                |
| <b>Итого за обед</b>                 |             |              | <b>23,42</b> | <b>23,786</b> | <b>98,64</b>  | <b>706,05</b>                  |           |              | <b>19,77</b> | <b>22,6</b>  | <b>65,61</b> | <b>548,45</b>                  |
| <b>Свободный выбор</b>               |             |              |              |               |               |                                |           |              |              |              |              |                                |
| Холодное блюдо                       |             |              |              |               |               |                                |           |              |              |              |              |                                |
| Салат Витаминный I блюдо             | 100         |              | 12,00        |               |               |                                | 100       |              | 12,00        |              |              |                                |
| Суп-лапша домашняя II блюдо          | 250         |              | 12,00        |               |               |                                | 250       |              | 12,00        |              |              |                                |
| Отбивная из курицы III блюдо         | 100         |              | 65,00        |               |               |                                | 100       |              | 65,00        |              |              |                                |
| Сок IV блюдо                         | 1/200       |              | 35,00        |               |               |                                | 1/200     |              | 35,00        |              |              |                                |
| Рис отварной                         | 150         |              | 12,00        |               |               |                                | 150       |              | 12,00        |              |              |                                |
| Макароны отварные                    | 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        |              |              |                                |
| Пирожок со сгущенкой                 | 75          |              | 30,00        |               |               |                                | 75        |              | 30,00        |              |              |                                |
| Пирожок с шоколадом                  | 75          |              | 30,00        |               |               |                                | 75        |              | 30,00        |              |              |                                |

Зав. производством \_\_\_\_\_

*Бала*