

ИП Пятаева Т.О.
 Меню по столовой МБОУ СОШ № 28 г. Пензы им. В.О. Ключевского
 на 18 октября 2024 год



Составлено
 И.О. директора МБОУ СОШ № 28 г. Пензы им. В.О. Ключевского
 И.С. Царёв

Завтрак	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углевод ы	Энергетич еская ценность	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углевод ы	Энергети ческая ценность
1-4 классы						5-11 классы						
Макаронные изделия отварные с сыром	200/10	32.25	16.58	19.5	41.79	409.64						
Макаронные изделия запеченные с сыром							200/10	32.25	9.2	7.2	39	258
Масло сливочное	10	13.45	0.08	7.25	0.13	66	10	13.45	0.15	10.8	0.15	99
Батон нарезной	30	2.25	1.52	0.56	10.28	52.4	30	2.25	2.28	0.84	15.471	78.678
Кофейный напиток с молоком	180	8.9	2.85	2.41	14.35	90.54	200	9.8	2.79	3.19	19.71	118.69
Хлеб ржаной	15	2.25	0.84	0.18	7.41	34.8	15	2.25	1.65	0.3	8.35	43.5
Банан	150	38.34	0.4	0.4	98	47						
Итого		97,44						60,00				
Итого на завтрак			22.27	30.3	171.96	700.38			16.07	22.33	82.681	597.868
Обед	1-4 классы	5-11 классы										
Салат из моркови с яблоком	60	9.2	0.96	3.16	7.61	61.73	100	11.1	0.96	3.16	7.61	61.73
Суп картофельный с рыбой	200	11.14	0.8	2.8	9	59.11	250	13.14	0.8	2.8	9	59.11
Сметана	10	5.1	0.25	2	0.35	2.5						
Котлета рубленая из птицы	90	39.46	15.37	11.82	15.09	227.78	100	42.64	15.37	11.82	15.09	227.78
Компот из сухофруктов	200	7.22	0.5	0	27	110						
Чай с джемом							200/10/10	3.5	0.1	0	15	60
Хлеб ржаной	30	2.52	1.98	0.36	10.02	52.2	30	2.52	1.98	0.36	10.2	52.2
Батон нарезной	50	4.2	3	1.16	20.6	104.8						
Гречка отварная с маслом	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
Соус сметанный	30	9.29										
Итого		97,44						85				
Итого за обед			31.41	29.15	126.75	871.17			27.76	25.99	93.8	713.87
Свободный выбор												
Холодное блюдо												
Салат из свежей капусты	100		12,00			100				12,00		
I блюдо												
Суп гороховый	250		15,00			250				15,00		
II блюдо												
Плов из отварной курицы			45,00							45,00		
III блюдо												
Сок	1/200		35,00			1/200				35,00		
IV блюдо												
Рис отварной	150		12,00			150				12,00		
Макаронные 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 _____

И.С. Царёв