

ИП Пятаева Т.О.
 Меню по столовой МБОУ СОШ № 28 г. Пензы им. В.О. Ключевского
 на 2 октября 2024 год



И.о. директора МБОУ СОШ № 28 г. Пензы

Согласовано
 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					
Омлет натуральный	75	25.54	9,29	16,55	1,76	193,1	100	29,64	16,56	27,6	3,06	327
Яблоко	150	26.19	0,4	0,4	9,8	47						
Масло сливочное	15	17,5	0,08	7,25	0,13	66						
Каша пшенная	100/7,5/7,5	19.29	2,32	2,95	0	36	200/10/ 10	23.19				
Батон нарезной	30	2,25	2,28	0,84	15,42	78,67	30	2,25	2,28	0,84	15,42	78,678
Чай с сахаром	180/7.5	4,38	0,07	0,02	15	60	200/10	4,92	0,1	0	15	60
Хлеб ржаной	25	2,29	1,65	0,3	8,35	58						
Итого		97,44						60,00				
Итого на завтрак			16,09	28,31	50,46	538,77			18,94	28,44	33,48	465,678
	1-4 классы						5-11 классы					
Обед												
Салат «Витаминный»	60	9,8	0,6	6,12	2,1	66	100	11,1	0,6	6,12	2,1	66
Рассольник «Ленинградский»	200	9,5	2,075	5,2	12,8	106,25	250	10,4	2,075	5,2	12,8	106,25
Сметана	10	5,1	0,25	2	0,35	2,5						
Тефтели	90	39.56	13,3	7,2	6,3	143	100	42.36	13,3	7,2	6,3	143
Макароны отварные	150	9,75	3,69	6,075	33,85	204,6	180	10,2	3,69	6,075	33,85	204,6
Напиток из шиповника	200	12.5	1	0	15	110						
Чай с сахаром							200/10	4,92	0,1	0	15	60
Батон нарезной	50	4,2	3	1,16	20,6	104,8	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
Соус красный основной	30	4,51										
Итого		97,44						85				
Итого за обед			25,895	28,115	101,02	789,35			24,995	28,115	100,67	736,85
Свободный выбор												
Холодное блюдо												
Салат из свежих помидор	100		12,00				100		12,00			
I блюдо												
Суп лапша домашняя	250		12,00				250		12,00			
II блюдо												
Котлета из птицы	80		45,00				80		45,00			
Голубцы	150		55,00				150		55,00			
III блюдо												
Сок	1/200		35,00				1/200		35,00			
IV блюдо												
Капуста тушеная	150		10,00				150		10,00			
Пюре картофельное	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 _____