

ИП Пятаева Т.О.
Меню по столовой МБОУ СОШ № 28 г. Пензы им. В.О. Ключевского
на 20 октября 2025 год

Согласовано
Директор МБОУ СОШ № 28 г. Пензы им. В.О. Ключевского
Ю.Е. Макеева

Завтрак	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углевод ы	Энергети ческая ценность	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углевод ы	Энергетичес кая ценность
Наименование блюда												
1-4 классы							5-11 классы					
Каша вязкая молочная пшеничная	200/10/10	31.46	6,48	8.3	40.73	264	150/7.5 /7.5	22.7	8,18	12,8	42,46	318
Какао с молоком	180	17.9	3.67	5.04	13.35	141	200	18.9	3.67	5.04	13.35	141
Сок фруктовый	200	28.6	1	0,2	20,2	84,8	200	28.6	1	0,2	20,2	84,8
Хлеб ржаной	25	2,5	1.65	0,3	8,35	58	25	2,5	1,65	0,3	8,35	43,5
Бутерброд с сыром	15/30	19,3	5.22	7,47	13,35	141,3	15/30	19.3	5,76	5,25	14,94	133
Итого		99.76						92				
Итого на завтрак			18.02	21.31	95.98	689.1			19.26	23.39	79.1	720.3

1-4 классы							5-11 классы					
Обед												
Салат витаминный	60	10.8	0.96	6.06	1.8	65.4	100	18.4	0.96	6.06	1.8	65.4
Рассольник	200	11.5	5.8	7.62	12.5	142	250	14.15	5.8	7.62	12.5	142
Ленинградский Сметана							10	5.1	0.25	2	0.35	2.5
Рыба тушеная в томате с овощами	90	50.46	27.3	8.1	33.2	314.6	110	72.35	27.3	8.1	33.2	314.6
Рис отварной	150	9.8	3.67	5.42	36.67	210.11	180	12.5				
Чай с сахаром и лимоном	200/10/10	6.9	0.6	0.2	15.2	65.3	200/10/ 10	6.9	0.6	0.2	15.2	65.3
Хлеб ржаной	25	2.5	1.98	0.36	10.02	52.2	25	2.5	1.98	0.36	10.02	52.2
Батон нарезной	40	6.1	3	1.16	20.6	104.8	40	6.1	3	1.16	20.6	104.8
Итого		99.76						138				
Итого за обед			43.31	28.92	129.99	954.41			39.89	25.5	93.67	746.8

Свободный выбор

Холодное блюдо						
Салат из свеклы	100		12,00		100	12,00
I блюдо						15,00
Суп картофельный с рисом	250		15,00		250	
II блюдо						55,00
Котлета из птицы	90		55,00		90	
III блюдо						35,00
Сок	1/200		35,00		1/200	
IV блюдо						12,00
Макароны отварные	150		12,00		150	
Выпечка						35,00
Ватрушка с джемом	75		35,00		75	
Ватрушка с повидлом	75		35,00		75	
Пирожок с маком	75		35,00		75	
Пирожок с шоколадом	75		35,00		75	

Зав. производством