

**ИП Пятаева Т.О.**  
**Меню по столовой МБОУ СОШ № 28 г. Пензы им. В.О. Ключевского**  
**на 21 октября 2024 год**

И.о. директора МБОУ СОШ № 28 г. Пензы им. В.О. Ключевского  
**С.С. Карев**



Завтрак	Наименование блюда	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углевод ы	Энергети ческая ценность	Выход	Цена	Белки	1-4 классы		5-11 классы	
											Жирь	Углевод	Энергетическая ценность	Жирь
	Каша вязкая молочная пшенная	200/10/10	25.68	6,48	8.3	40.73	264	250/10/10	25.08	8,18	12,8	42,46	318	
	Чай с сахаром	180/7.5	4.38	0,04	0.02	14.63	58.5	200/10	4.92	0,26	0,05	15,22	59	
	Сок фруктовый	200	28.94	1	0,2	20,2	84,8							
	Хлеб ржаной	25	2.29	1.65	0,3	8,35	58	30	2,29	1,65	0,3	8,35	43,5	
	Бутерброд с сыром	15/30	17,3	5.22	7,47	13,35	141,3	15/30	17,3	5,76	5,25	14,94	133	
	Кондитерское изделие	50	18.85	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>15,49</b>	<b>18,05</b>	<b>110,51</b>	<b>679,78</b>			<b>16,95</b>	<b>20,16</b>	<b>94,22</b>	<b>626,68</b>	

Обед	Наименование блюда	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углевод ы	Энергети ческая ценность	Выход	Цена	Белки	1-4 классы		5-11 классы	
											Жирь	Углевод	Энергетическая ценность	Жирь
	Салат из моркови с яблоками	60	10.8	0.96	6.06	1.8	65.4	100	13.8	0.96	6.06	1.8	65.4	
	Рассольник Ленинградский с курицей	200/15	21.8	5.8	7.62	12.5	142	250	10.9	5.8	7.62	12.5	142	
	Сметана	10	5.1	0.25	2	0.35	2.5							
	Рыба тушеная в томате с овощами	90	37.02	27.3	8.1	33.2	314.6	100	39	27.3	8.1	33.2	314.6	
	Рис отварной	150	9.8	3.67	5.42	36.67	210.11	180	10.5					
	Чай с сахаром и лимоном	200/7.5/7.5	6.9	0.6	0.2	15.2	65.3	200/7.5/7.5	6.9	0.6	0.2	15.2	65.3	
	Хлеб ржаной	30	2.52	1.98	0.36	10.02	52.2	40	3.9	1.98	0.36	10.02	52.2	
	Батон нарезной	40	3.5	3	1.16	20.6	104.8							
	<b>Итого</b>		<b>97,44</b>						<b>85,00</b>					
	<b>Итого за обед</b>			<b>43,56</b>	<b>30,92</b>	<b>130,34</b>	<b>956,91</b>			<b>36,64</b>	<b>22,34</b>	<b>72,72</b>	<b>639,5</b>	

Свободный выбор				
Холодное блюдо	Выход	Цена	Белки	Жиры
Салат из свежей капусты	100		15,00	
<b>I блюдо</b>				
Рассольник	250		12,00	
<b>II блюдо</b>				
Котлета из курицы	80		45,00	
Отбивная из курицы	100		65,00	
<b>III блюдо</b>				
Сок	1/200		35,00	
<b>IV блюдо</b>				
Макароньы отварные	150		12,00	
Гречка отварная	150		12,00	
<b>Выпечка</b>				
Ватрушка с колбасой и сыром	100		40,00	
Сосиска в тесте	50/100		40,00	
Пирожок с повидлом	75		30,00	
Плюшка с маком	75		30,00	
Пирожок со сгущенкой	75		30,00	
Пирожок с шоколадом	75		30,00	

Зав. производством \_\_\_\_\_

*С.С. Карев*