

ИП Пятаева Т.О.
Меню по столовой МБОУ СОШ № 28 г. Пензы им. В.О. Ключевского
на 23 октября 2025 год

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

Завтрак												
Наименование блюда	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углевод ы	Энергети ческая ценность	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углевод ы	Энергети ческая ценность
1-4 классы							5-11 классы					
Каша гречневая с молоком	150/7.5	23.22	8.33	8.99	46.91	301.18	100/7.5	15.05	8.33	8.99	46.91	301.18
Кофейный напиток с молоком	180	13.8	2.85	2.41	14.35	90.54	200	14.8	2.79	3.19	19.7	118.69
Омлет из яиц	75	25.54	11.61	20.68	2.2	241.25	100	31.05	16.56	27.6	3.06	327
Батон нарезной	40	6.1	3	1.16	20.6	104.8						
Хлеб ржаной	25	2.5	1.65	0.3	8.35	43.5	25	2.5	1.65	0.3	8.35	43.5
Сок фруктовый	200	28.6	1	0.2	20.2	84.8	200	28.6	1	0.2	20.2	84.8
Итого		99.76						92				
Итого на завтрак			29,66	39,85	85,16	817,77			22	31,29	51,31	573,99
1-4 классы							5-11 классы					
Винегрет овощной	60	9.78	0.96	3.16	7.61	61.73	100	13.5	0.96	3.16	7.61	61.73
Суп картофельный с горохом	200	10.04	2.18	7.36	7.67	87.25	250/20	23.53	2.18	7.36	7.67	87.25
Сметана							10	5.1	0.25	2	0.35	2.5
Котлета из курицы	90	50.22	9.26	7.61	15.67	168.52	110	63.7	13.89	11.42	23.5	252.78
Макароны отварные	150	9.75	3.79	9.52	17.21	174.55	180	12.2	4.55	11.41	20.65	209.65
Напиток из яблок и апельсинов	200	11.37	0.6	0	33	136	200	11.37	0.6	0	33	136
Хлеб ржаной	25	2.50	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			21.77	29.17	111.78	830.62			27.41	36.87	123.4	864.43
Свободный выбор												
Холодное блюдо												
Морковь тертая с сахаром	100		14.00			100			14.00			
I блюдо												
Суп с рыбными консервами	250		14,00			250			14.00			
II блюдо												
Плов из отварной курицы	250		70,00			250			70,00			
III блюдо												
Сок	1/200		35,00			1/200			35,00			
IV блюдо												
Картофельное порее	150		12.00			150			12.00			
Выпечка												
Ватрушка с джемом	75		35,00			75			35,00			
Ватрушка с повидлом	75		35,00			75			35,00			
Пирожок с маком	75		35,00			75			35,00			
Пирожок с шоколадом	75		35,00			75			35,00			

Зав. производством

Ю.Е. Макеева