

**ИП Пятаева Т.О.**  
**Меню по столовой МБОУ СОШ № 28 г. Пензы им. В.О. Ключевского**  
**на 24 октября 2024 год**

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



Завтрак												
Наименование блюда	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углевод ы	Энергетическая ценность	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углевод	Энергетическая ценность
	<b>1-4 классы</b>						<b>5-11 классы</b>					
Каша гречневая с молоком	200/10	23.44	8.33	8.99	46.91	301.18	250/10	31.4	8.33	8.99	46.91	301.18
Кофейный напиток с молоком	180	8.8	2.85	2.41	14.35	90.54	200	9.64	2.79	3.19	19.7	118.69
Омлет из яиц	75	15.6	11.61	20.68	2.2	241.25	75	15.6	16.56	27.6	3.06	327
Бутерброд с сыром	15/30	17.3	5.22	7.47	13.35	141.3						
Хлеб ржаной	40	3.36	1.65	0.3	8.35	43.5	40	3.36	1.65	0.3	8.35	43.5
Сок фруктовый	200	28.94	1	0.2	20.2	84.8						
<b>Итого</b>		<b>97,44</b>						<b>60,00</b>				
<b>Итого на завтрак</b>			<b>29,66</b>	<b>39,85</b>	<b>85,16</b>	<b>817,77</b>			<b>21</b>	<b>31,09</b>	<b>31,11</b>	<b>489,19</b>
<b>Обед</b>	<b>1-4 классы</b>						<b>5-11 классы</b>					
Икра свекольная	60	12.9	0.96	3.16	7.61	61.73	100	13.5	0.96	3.16	7.61	61.73
Суп из овощей с курицей	200/15	16.26	2.18	7.36	7.67	87.25	250	12.07	2.18	7.36	7.67	87.25
Сметана	10	5.1	0.25	2	0.35	2.5						
Котлета из курицы	90	35.29	9.26	7.61	15.67	168.52	100	37.41	13.89	11.42	23.5	252.78
Макароны отварные	150	9.8	3.79	9.52	17.21	174.55	180	11.22	4.55	11.41	20.65	209.65
Напиток из яблок и апельсин	200	11.37	0.6	0	33	136						
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	50	4.2	3	1.16	20.6	104.8						
Чай с сахаром и лимоном							200/10/10	6.9	0.6	0.2	15.2	65.3
<b>Итого</b>		<b>97,44</b>						<b>85</b>				
<b>Итого за обед</b>			<b>22.02</b>	<b>31.17</b>	<b>112.13</b>	<b>830.62</b>			<b>24.16</b>	<b>33.91</b>	<b>84.65</b>	<b>864.43</b>
<b>Свободный выбор</b>												
<b>Холодное блюдо</b>												
Салат витаминный	100		12.00				100			12.00		
<b>I блюдо</b>												
Суп картофельный с рисом	250		12.00				250			12.00		
<b>II блюдо</b>												
Гуляш из говядины	50/125		65,00				50/125			65,00		
<b>III блюдо</b>												
Сок	1/200		35,00				1/200			35,00		
<b>IV блюдо</b>												
Рис отварной	150		12.00				150			12.00		
Картофельное пюре	150		12.00				150			12.00		
<b>Выпечка</b>												
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 \_\_\_\_\_