

ИП Пятаева Т.О.
 Меню по столовой МБОУ СОШ № 28 г. Пензы им. В.О. Ключевского
 на 9 октября 2024 год

Согласовано
 И.о. директора МБОУ СОШ №28 г. Пензы им. В.О. Ключевского
 Т.Е. Дарен



Завтрак	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углевод ы	Энергети ческая ценность	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углевод ы	Энергети ческая ценность
1-4 классы						5-11 классы						
Запеканка из творога	100	32.75	14.61	11.06	28	270	100	32.75	24	25.2	23.9	425
Молоко сгущённое с сахаром	15	5.85	0.72	0.85	5.55	32.8	10	3.9	0.72	0.85	5.55	32.8
Каша овсяная	150/7.5/7.5	16.45	6.23	9.84	35.71	256.71	150/7.5/7.5	16.45	4.91	6.25	26.32	180.83
Чай с сахаром	180/7/5	4.38	0.7	0.02	14.63	58.5	200/7.5	4.38	0.2	0.05	15.01	57
Бутерброд с джемом	40	8.9	1.1	1.76	13.25	73.18						
Хлеб ржаной	15	2.25	1.65	0.3	8.35	42.75	30	2.52	1.65	0.3	8.35	42.75
Фрукт сезонного назначения	150	26.86	0.4	0.4	9.8	47						
Итого		97,44						60,00				
Итого на завтрак			25.41	24.23	115.29	780.94			31.48	32.65	79.13	738.38
1-4 классы						5-11 классы						
Обед												
Салат из белокочанной капусты	60	10.15	1.3	8.1	7.8	108.7	100	12.8	1.3	8.1	7.8	108.7
Суп с рыбными консервами	200	12.5	1.75	4.98	7.78	83	250	15.5	1.75	4.98	7.78	83
Сметана	20	10.2	0.5	4	0.7	5						
Плов из отварной курицы	200	45.54	14.4	3.3	10.1	127.1	250	50.68	14.4	3.3	10.1	127.1
Напиток из шиповника	200	12.9	0.2	0	6.5	26.8						
Хлеб ржаной	40	3.9	1.98	0.36	10.2	52.2	30	2.52	1.98	0.36	10.02	52.2
Батон нарезной	30	2.25	3	1.16	20.6	104.8						
Чай с джемом							200/7.5/7.5	3.5	0.1	0	15	60
Итого		97,44						85				
Итого за обед			23,13	21.9	63.5	507.6			19.53	16.74	50.7	431
Свободный выбор												
Холодное блюдо												
Салат из свежей капусты	100		15,00			100			15,00			
Морковь с сахаром	100		6,00			100			6,00			
I блюдо												
Суп картофельный	250		45,00			250			45,00			
II блюдо												
Отбивная из птицы	100		65,00			100			65,00			
III блюдо												
Сок	1/200		35,00			1/200			35,00			
IV блюдо												
Картофельное пюре	150		12,00			150			12,00			
Капуста тушеная	150		10,00			150			10,00			
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			

Handwritten signature