

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
<b>1-4 классы</b>						<b>5-11 классы</b>						
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						
<b>Итого</b>		<b>97,44</b>						<b>60,00</b>				
<b>Итого на завтрак</b>			<b>25.41</b>	<b>24.23</b>	<b>115.29</b>	<b>780.94</b>			<b>31.48</b>	<b>32.65</b>	<b>79.13</b>	<b>738.38</b>
<b>Обед 1-4 классы</b>						<b>5-11 классы</b>						
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
<b>Итого</b>		<b>97,44</b>						<b>85</b>				
<b>Итого за обед</b>			<b>23,13</b>	<b>21.9</b>	<b>63.5</b>	<b>507.6</b>			<b>19.53</b>	<b>16.74</b>	<b>50.7</b>	<b>431</b>
<b>Свободный выбор</b>												
<b>Холодное блюдо</b>												
Салат из свежей капусты	100		15,00			100			15,00			
Морковь с сахаром	100		6,00			100			6,00			
<b>I блюдо</b>												
Суп картофельный	250		45,00			250			45,00			
<b>II блюдо</b>												
Отбивная из птицы	100		65,00			100			65,00			
<b>III блюдо</b>												
Сок	1/200		35,00			1/200			35,00			
<b>IV блюдо</b>												
Картофельное пюре	150		12,00			150			12,00			
Капуста тушеная	150		10,00			150			10,00			
<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			

*Handwritten signature*