

ИП Пятаева Т.О.
 Меню по столовой МБОУ СОШ № 28 г. Пензы им. В.О. Ключевского
 на 11 ноября 2024 год

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

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					
Каша вязкая молочная пшеничная	200/10/10	25.68	6,48	8,3	40,73	264	250/10/ 10	35.49	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	40	18.85	1.1	1,76	13,25	73,18						
Итого		97,44						60,00				
Итого на завтрак			15,49	18,05	110,51	679,78			15,85	18,4	80,97	553,5

Обед	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углевод ы	Энергети ческая ценность	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углевод ы	Энергети ческая ценность
	1-4 классы						5-11 классы					
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						
Итого		97,44						85,00				
Итого за обед			43,56	30,92	130,34	956,91			36,64	22,34	72,72	639,5

Свободный выбор												
Холодное блюдо												
Салат Степной	100		12,00			100			12,00			
I блюдо												
Суп лапша домашняя	250		12,00			250			12,00			
II блюдо												
Котлета из птицы	80		45,00			80			45,00			
Отбивная из курицы	100		65,00			100			65,00			
III блюдо												
Сок	1/200		35,00			1/200			35,00			
IV блюдо												
Макароны отварные	150		12,00			150			12,00			
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			

Зав. производством _____

Ю.Е. Макеева