

ИИ Пятаева Т.О.
 Меню по столовой МБОУ СОШ № 28 г. Пензы им. В.О. Ключевского
 на 12 ноября 2024 год

Согласовано
 Директор МБОУ СОШ № 28 г. Пензы им. В.О. Ключевского
 И.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					
Суп молочный с макаронными изделиями	200	18.31	4.38	3.8	14.36	120	250	20.45	7.4	8.5	22.9	197
Какао с молоком	180	6.35	3.67	3.19	15.82	106.74	200	7.1	4.85	5.04	32.73	195.71
Фрукт сезонного назначения	150	33.83	0.4	0.4	9.8	47						
Масло сливочное	15	17.5	0.8	7.25	0.13	66	10	13.45	0.15	10.8	0.15	99
Яйцо отварное	40	15	0.08	7.25	0.13	66	40	15	0.08	7.25	0.13	66
Батон нарезной	50	4.2	1.52	0.56	10.28	52.4	20	1.75	2.28	0.84	15.417	78.678
Хлеб ржаной	30	2.25	0.84	0.18	7.41	34.8	30	2.25	1.65	0.3	8.35	43.5
Итого		97,44						60,00				
Итого на завтрак			11.69	22.63	57.93	492.94			16.41	32.73	79.677	679.888
Обед 1-4 классы							5-11 классы					
Винегрет овощной	60	10.3	0.43	6.06	1.2	61.2	100	14.33	0.6	8.48	1.68	85.68
Борщ с картофелем и капустой	200/15	20.64	5.8	7.62	12.5	142	250	12.6	5.8	7.62	12.5	142
Сметана	10	5.1	0.25	2	0.35	2.5						
Биточки из говядины	90	38.56	10.3	6.4	10.1	139	100	40.35	10.3	6.4	10.1	139
Картофельное пюре	150	8.9	3.69	6.075	33.85	204.6	180	8.9	3.69	6.075	33.85	204.6
Напиток из сухофруктов	200	7.22	0.68	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	50	4.2	3	1.16	20.6	104.8						
Чай с сахаром							200/10	4.92	0.04	0.02	14.63	58.5
Итого		97,44						85				
Итого за обед			26.13	29.875	103.82	771.6			22.41	28.955	82.78	681.98
Свободный выбор												
Холодное блюдо												
Морковь с яблоками	100		14.00				100		14.00			
Салат из свеклы	100		6.00				100		6.00			
I блюдо												
Суп картофельный с рисом	250		11.00				250		11.00			
II блюдо												
Гуляш из говядины	50/125		65.00				50/125		65.00			
III блюдо												
Сок	1/200		35.00				1/200		35.00			
IV блюдо												
Рис отварной	150		12.00				150		12.00			
Макаронные отварные	150		12.00				150		12.00			
Выпечка												
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