

ИП Пятаева Т.О.
 Меню по столовой МБОУ СОШ № 28 г. Пензы им. В.О. Ключевского
 на 14 ноября 2024 год

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



| 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 гречневая с молоком | 250/10 | 31.84 | 8.33 | 8.99 | 46.91 | 301.18 | 250/10 | 31.84 | 8.33 | 8.99 | 46.91 | 301.18 |
| Кофейный напиток с молоком | 180 | 8.8 | 2.85 | 2.41 | 14.35 | 90.54 | 200 | 9.2 | 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 джемом | 40 | 8.9 | 1.1 | 1.76 | 13.35 | 73.18 | | | | | | |
| 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 | | | | | | |
| Итого | | 97,44 | | | | | | 60,00 | | | | |
| Итого на завтрак | | | 29,66 | 39,85 | 85,16 | 817,77 | | | 21 | 31,09 | 31,11 | 489,19 |
| | 1-4 классы | | | | | | 5-11 классы | | | | | |
| 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 апельсина | 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 |
| Итого | | 97,44 | | | | | | 85 | | | | |
| Итого за обед | | | 22,02 | 31,17 | 112,13 | 830,62 | | | 24,16 | 33,91 | 84,65 | 864,43 |
| Свободный выбор | | | | | | | | | | | | |
| Холодное блюдо | | | | | | | | | | | | |
| Салат витаминный | 100 | | 12.00 | | | 100 | | | 12.00 | | | |
| Морковь с сахаром | 100 | | 5.00 | | | 100 | | | 5.00 | | | |
| I блюдо | | | | | | | | | | | | |
| Суп лапша домашняя | 250 | | 10,00 | | | 250 | | | 10,00 | | | |
| II блюдо | | | | | | | | | | | | |
| Жаркое из говядины | 200 | | | | | 200 | | | | | | |
| III блюдо | | | | | | | | | | | | |
| Сок | 1/200 | | 35,00 | | | 1/200 | | | 35,00 | | | |
| IV блюдо | | | | | | | | | | | | |
| Капуста тушеная | 150 | | 10,00 | | | 150 | | | 10,00 | | | |
| Картофельное пюре | 150 | | 9,00 | | | 150 | | | 9,00 | | | |
| 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 _____