

ИП Пятаева Т.О.
 Меню по столовой МБОУ СОШ № 28 г. Пензы им. В.О. Ключевского
 на 18 ноября 2024 год

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

Завтрак	Наименование блюда	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углевод ы	Энергети ческая ценность	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углевод ы	Энергетичес кая ценность
	Каша Дружба	150/7,5/7/5	24,5	4,56	8,39	32,6	225	200/10/10	31	6,08	11,18	43,46	300
	Сок фруктовый	200	28,94	1	0,2	20,2	84,8						
	Кофейный напиток с молоком	180	9,64	2,85	2,41	14,35	90,54	200	10,5	2,79	3,19	19,71	90,54
	Хлеб ржаной	25	2,29	1,4	0,3	12,35	58						
	Батон нарезной	25	2,29	1,14	0,42	7,71	39,3	40	3,5	1,14	0,42	7,71	39,3
	Сыр российский порционный	10	14,78	2,32	2,95	0	36						
	Яйцо отварное	40	15	0,08	7,25	0,13	66	40	15	0,08	7,25	0,13	66
	Итого		97,44						60,00				
	Итого на завтрак			20,05	19,39	82,57	599,64			10,09	22,04	71,01	495,84

Обед	Наименование блюда	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углевод ы	Энергети ческая ценность	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углевод ы	Энергетичес кая ценность
	Салат витаминный	60	14,33	0,43	6,06	1,2	61,2	100	16,33	0,43	6,06	1,2	61,2
	Суп лапша домашняя с курицей	200/15	21,67	2,38	5,08	12,99	117	250	14,67	2,38	5,08	12,99	117
	Плов из отварной курицы	200	44,49	15,3	14,33	24,38	297	250	49,62	15,3	14,33	24,38	297
	Напиток из яблок и апельсина	200/7,5/7,5	11,37	0,1	0	15	60						
	Батон нарезной	40	3,5	3	1,16	20,6	104,8						
	Хлеб ржаной	20	2,08	1,98	0,36	10,02	52,2	40	3,9	1,98	0,36	10,02	52,2
	Чай с сахаром							180/7/5	4,38	0,1	0	15	60
	Итого		97,44						85,00				
	Итого за обед			23,19	26,99	84,19	692,2			20,19	25,83	63,59	587,4

Свободный выбор													
Холодное блюдо													
Салат из квашеной капусты	100		15,00				100			15,00			
I блюдо													
Суп картофельный	250		10,00				250			10,00			
II блюдо													
Отбивная из курицы	100		65,00				100			65,00			
Котлета из птицы	90		45,00				90			45,00			
III блюдо													
Сок	1/200		35,00				1/200			35,00			
IV блюдо													
Картофельное пюре	150		12,00				150			12,00			
Гречка отварная	150		12,00				150			12,00			
Выпечка													
Пирожок со сгущенкой	75		30,00				75			30,00			
Пирожок с шоколадом	75		30,00				75			30,00			
Пирожок с повидлом	75		30,00				75			30,00			
Плюшка с маком	75		30,00				75			30,00			

Зав. производством 