

ИП Пятаева Т.О.
 Меню по столовой МБОУ СОШ № 28 г. Пензы им. В.О. Ключевского
 на 19 ноября 2024 год

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



Завтрак	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углевод ы	Энергет ическая ценность	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углевод ы	Энергет ическая ценность
1-4 классы						5-11 классы						
Запеканка из творога	100	32.04	15.33	12.91	33.55	302.8	75	18.83	24.72	26.02	29.45	457.8
Молоко сгущённое	10	3.8	0.75	0.01	5.68	26	10	3.8	0.75	0.01	5.68	26
Каша молочная манная	150/7.5/7.5	18.07	4.58	8.04	11.35	218.25	150/7.5/7.5	18.07	4.47	8.85	23.27	190.5
Чай с сахаром и лимоном	180/7.5/7.5	6.15	0.13	0.02	15.2	62	200/10/10	6.9	0.26	0.05	15.22	59
Бутерброд с джемом и маслом	40	8.9	1.1	1.76	13.25	73.18	40	8.9	1.21	0.45	14.35	66
Хлеб ржаной	25	2.29	1.65	0.03	8.35	43.5	40	3.5	1.65	0.03	8.35	43.5
Фрукт сезонного значения (яблоко)	150	26.19	0.4	0.4	9.8	47						
Итого		97,44						60,00				
Итого на завтрак			23.94	23.17	97.18	772.73			33.06	35.41	96.32	842.8
Обед 1-4 классы						5-11 классы						
Икра свекольная	60	10.04	0.9	3.3	5.04	53.4	100	13.5	0.9	3.3	5.04	53.4
Щи со свежей капустой и картофелем и курицей	200/15	21.58	1.75	4.98	7.78	83	250	13.58	1.75	4.98	7.78	83
Сметана	20	10.2	0.25	2	0.35	2.5						
Жаркое из говядины	200	42.38	13.9	2.1	9.6	113	250	48.18	13.9	2.1	9.6	113
Компот из сухофруктов	200	7.22	0.78	0.046	27.63	114.8	200	7.22	0.78	0.046	27.63	114.8
Батон нарезной	40	3.5	3	1.16	20.6	104.8						
Хлеб ржаной	30	2.52	1.98	0.36	10.02	52.2	30	2.52	1.98	0.36	10.02	52.2
Итого		97,44						85				
Итого за обед						523.7			19.31	10.786	60.07	416.4
Свободный выбор												
Холодное блюдо												
Винегрет овощной	100		15,00			100				15,00		
I блюдо												
Суп лапша домашняя	250		12,00			250				12,00		
II блюдо												
Котлета из птицы	90		45,00			90				45,00		
Гуляш из говядины	50/125		65,00			50/125				65,00		
III блюдо												
Сок	1/200		35,00			1/200				35,00		
IV блюдо												
Макароны отварные	150		12,00			150				12,00		
Гречка отварная	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

Ю.Е. Максеева