

ИП Пятаева Т.О.
Меню по столовой МБОУ СОШ № 28 г. Пензы им. В.О. Ключевского
на 20 ноября 2024 год



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

Завтрак	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углевод ы	Энергетич еская ценность	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углевод ы	Энергети ческая ценность
1-4 классы						5-11 классы						
Омлет натуральный	75	25.54	9,29	16,55	1,76	193,1	100	29,64	16,56	27,6	3,06	327
Фрукт сезонного значения (Яблоко)	150	26.19	0,4	0,4	9,8	47						
Масло сливочное	15	17,5	0,08	7,25	0,13	66						
Каша пшенная	100/7,5/7.5	19.29	2,32	2,95	0	36	200/10/ 10	23.19				
Батон нарезной	30	2,25	2,28	0,84	15,42	78,67	30	2,25	2,28	0,84	15,42	78,678
Чай с сахаром	180/7.5	4,38,	0,07	0,02	15	60	200/10	4,92	0,1	0	15	60
Хлеб ржаной	25	2,29	1,65	0,3	8,35	58						
Итого		97,44						60,00				
Итого на завтрак			16,09	28,31	50,46	538,77			18,94	28,44	33,48	465,678
Обед						5-11 классы						
Винегрет овощной	60	9,8	0,6	6,12	2,1	66	100	11,1	0,6	6,12	2,1	66
Рассольник «Ленинградский»	200	9,5	2,075	5,2	12,8	106,25	250	10,4	2,075	5,2	12,8	106,25
Сметана	10	5,1	0,25	2	0,35	2,5						
Тефтели	90	39.56	13,3	7,2	6,3	143	100	42.36	13,3	7,2	6,3	143
Макароны отварные	150	9,75	3,69	6,075	33,85	204,6	180	10,2	3,69	6,075	33,85	204,6
Напиток из шиповника	200	12.5	1	0	15	110						
Чай с сахаром							200/10	4,92	0,1	0	15	60
Батон нарезной	50	4,2	3	1,16	20,6	104,8	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
Соус красный основной	30	4,51										
Итого		97,44						85				
Итого за обед			25,895	28,115	101,02	789,35			24,745	26,115	100,67	736,85
Свободный выбор												
Холодное блюдо												
Салат Витаминный	100		12,00				100			12,00		
I блюдо												
Борщ	250		15,00				250			15,00		
II блюдо												
Макароны отварные с сыром	200		35,00				200			35,00		
Голубцы	100		55,00				100			55,00		
III блюдо												
Сок	1/200		35,00				1/200			35,00		
IV блюдо												
Гречка отварная	150		12,00				150			12,00		
Пюре картофельное	150		12,00				150			12,00		
Выпечка												
Пирожок с повидлом	75		30,00				75			30,00		
Плошка 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 _____

Иванов