

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

Согласовано  
 Директор МБОУ СОШ № 28 г. Пензы им. В.О. Ключевского  
 Т.О. Макаева



Завтрак	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углевод ы	Энергети ческая ценность	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углевод ы	Энергети ческая ценность
<b>1-4 классы</b>						<b>5-11 классы</b>						
Каша гречневая с молоком	200/10	31.84	8.33	8.99	46.91	301.18	250/10	31.4	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	141.3						
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						
<b>Итого</b>		<b>97,44</b>						<b>60,00</b>				
<b>Итого на завтрак</b>			<b>29,66</b>	<b>39,85</b>	<b>85,16</b>	<b>817,77</b>			<b>21</b>	<b>31,09</b>	<b>31,11</b>	<b>489,19</b>
<b>Обед</b>						<b>5-11 классы</b>						
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 апельсинов	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
<b>Итого</b>		<b>97,44</b>						<b>85</b>				
<b>Итого за обед</b>			<b>22,02</b>	<b>31,17</b>	<b>112,13</b>	<b>830,62</b>			<b>24,16</b>	<b>33,91</b>	<b>84,65</b>	<b>864,43</b>
<b>Свободный выбор</b>												
<b>Холодное блюдо</b>												
Салат витаминный	100		12,00				100			12,00		
Морковь с сахаром	100		6,00				100			6,00		
<b>I блюдо</b>												
Суп лапша домашняя	250		12,00				250			12,00		
<b>II блюдо</b>												
Отбивная из курицы	80		45,00				80			45,00		
<b>III блюдо</b>												
Сок	1/200		35,00				1/200			35,00		
<b>IV блюдо</b>												
Гречка отварная	150		12,00				150			12,00		
Картофельное пюре	150		12,00				150			12,00		
<b>Выпечка</b>												
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 \_\_\_\_\_