

ИП Пятаева Т.О.
Меню по столовой МБОУ СОШ № 28 г. Пензы им. В.О. Ключевского
на 6 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	150	26.19	0,4	0,4	9,8	47						
Масло сливочное	15	17,5	0,08	7,25	0,13	66						
Каша пшениная	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
	1-4 классы						5-11 классы					
Обед												
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			24,995	28,115	100,67	736,85
Свободный выбор												
Холодное блюдо												
Салат Витаминный	100		12,00			100				12,00		
I блюдо												
Борщ из свежей капусты	250		15,00			250				15,00		
II блюдо						50/125						
Гуляш из говядины	50/125		65,00			80				65,00		
III блюдо												
Сок	1/200		35,00			1/200				35,00		
IV блюдо												
Гречка отварная	150		10,00			150				10,00		
Рис отварной	150		12,00			150				12,00		
Выпечка												
Ватрушка с колбасой и сыром	100		40,00			100				40,00		
Сосиска в тесте	50/100		40,00			50/100				40,00		
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. Макеева