ИП Пятаева Т.О.
Меню по столовой МБОУ СОШ № 28 г. Пензы им. В.О. Ключевского
на 09 декабря 2024 год

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

Завтрак												
Наименование блюд	**Выход**	**Цена**	**Белки**	**Жиры**	**Углеводы**	**Энергетическая ценность**	**Выход**	**Цена**	**Белки**	**Жиры**	**Углеводы**	**Энергетическая ценность**
	1-4 классы						**5-11 классы**					
Каша вязкая молочная пшенная	200/10/10	25.68	6,48	8.3	40.73	264	250/10/10	35.49	8,18	12,8	42,46	318
Чай с сахаром	180/7.5	4.38	0,04	0.02	14,63	58,5	200/10	4,92	0,26	0,05	15,22	59
Сок фруктовый	200	28.94	1	0,2	20,2	84,8						
Хлеб ржаной	25	2,29	1.65	0,3	8,35	58	30	2,29	1,65	0,3	8,35	43,5
Бутерброд с сыром	15/30	17,3	5.22	7,47	13,35	141,3	15/30	17,3	5,76	5,25	14,94	133
Кондитерское изделие (вафли)	50	18.85	1.1	1,76	13,25	73,18						
Итого		**97,44**						**60,00**				
Итого на завтрак			**15,49**	**18,05**	**110,51**	**679,78**			**15.85**	**18.4**	**80.97**	**553.5**
Обед	**1-4 классы**						**5-11 классы**					
Салат из моркови с яблоками	60	10.8	0.96	6.06	1.8	65.4	100	13.8	0.96	6.06	1.8	65.4
Рассольник Ленинградский с курицей	200/15	21.8	5.8	7.62	12.5	142	250	10.9	5.8	7.62	12.5	142
Сметана	10	5.1	0.25	2	0.35	2.5						
Рыба тушеная в томате с овощами	90	37.02	27.3	8.1	33.2	314.6	100	39	27.3	8.1	33.2	314.6
Рис отварной	150	9.8	3.67	5.42	36.67	210.11	180	10.5				
Чай с сахаром и лимоном	200/7.5/7.5	6.9	0.6	0.2	15.2	65.3	200/7.5/7.5	6.9	0.6	0.2	15.2	65.3
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	40	3.5	3	1.16	20.6	104.8						
Итого		**97,44**						**85,00**				
Итого за обед			**43.56**	**30.92**	**130.34**	**956.91**			**36.64**	**22.34**	**72.72**	**639.5**

Свободный выбор

Холодное блюдо				
Салат из свежей капусты	100	12.00	100	12.00
I блюдо				
Суп лапша домашняя	250	12,00	250	12,00
II блюдо				
Котлета из птицы	90	45,00	90	45,00
Макароны отварные с сыром	200	35.00	200	35.00
III блюдо				
Сок	1/200	35,00	1/200	35,00
IV блюдо				
Пюре картофельное	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 _____