

ИП Пятаева Т.О.  
 Меню по столовой МБОУ СОШ № 28 г. Пензы им. В.О. Ключевского  
 на 18 декабря 2024 год

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



Завтрак														
Наименование блюда	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углевод ы	Энергетич еская ценность	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углевод ы	Энергети ческая ценность		
<b>1-4 классы</b>													<b>5-11 классы</b>	
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 пшеничная	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								
<b>Итого</b>		<b>97,44</b>						<b>60,00</b>						
<b>Итого на завтрак</b>			<b>16,09</b>	<b>28,31</b>	<b>50,46</b>	<b>538,77</b>			<b>18,94</b>	<b>28,44</b>	<b>33,48</b>	<b>465,678</b>		
<b>Обед</b>													<b>5-11 классы</b>	
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		
Макаронные 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												
<b>Итого</b>		<b>97,44</b>						<b>85</b>						
<b>Итого за обед</b>			<b>25,895</b>	<b>28,115</b>	<b>101,02</b>	<b>789,35</b>			<b>24,995</b>	<b>28,115</b>	<b>100,67</b>	<b>736,85</b>		
<b>Свободный выбор</b>														
<b>Холодное блюдо</b>														
Икра свекольная	100		13,00			100				13,00				
<b>I блюдо</b>														
Суп картофельный	250		10,00			250				10,00				
<b>II блюдо</b>						50/125								
Отбивная из курицы	100		65,00			100				65,00				
<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 \_\_\_\_\_

*Ю.Е. Макеева*