

**ИП Пятаева Т.О.**  
**Меню по столовой МБОУ СОШ № 28 г. Пензы им. В.О. Ключевского**  
**на 15 января 2025 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
<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
Сок фруктовый	200	26.19	1		20.2	84.8	200	26.19	1		20.2	104.8
Масло сливочное	10	14.1	0,08	7,25	0,13	66						
Каша пшенная	100/7,5/7.5	20.95	2,32	2,95	0	36	100/7,5/ 7.5	20.95	2,32	2,95	0	36
Батон нарезной	40	6.1	3	1.16	20.6	104.8	40	6.1	3	1.16	20.6	104.8
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	2,5	1,65	0,3	8,35	58						
<b>Итого</b>		<b>99.76</b>						<b>92</b>				
<b>Итого на завтрак</b>			<b>17.41</b>	<b>28,23</b>	<b>66.04</b>	<b>602.7</b>			<b>22.98</b>	<b>31.71</b>	<b>58.86</b>	<b>612.6</b>
<b>Обед 1-4 классы</b>						<b>5-11 классы</b>						
Винегрет овощной	60	9,8	0,6	6,12	2,1	66	100	13,72	0,6	6,12	2,1	66
Рассольник «Ленинградский» с курицей	200/15	19,65	2,075	5,2	12,8	106,25	250/20	25,56	2,075	5,2	12,8	106,25
Сметана	10	5,1	0,25	2	0,35	2,5	10	5,1	0,25	2	0,35	2,5
Тефтели из говядины	90	36.16	13,3	7,2	6,3	143	110	45.1	13,3	7,2	6,3	143
Макароны отварные	150	9,75	3,69	6,075	33,85	204,6	180	12,2	3,69	6,075	33,85	204,6
Напиток из шиповника	200	10.7	1	0	15	110	200	10.7	1	0	15	110
Батон нарезной	40	6.1	3	1.16	20.6	104.8	40	6.1	3	1.16	20.6	104.8
Хлеб ржаной	25	2,5	1,65	0,3	8,35	58	25	2,5	1,65	0,3	8,35	58
Фрукт сезонного значения (яблоко)							100	17.02	0,4	0,4	9.8	47
<b>Итого</b>		<b>99.76</b>						<b>138</b>				
<b>Итого за обед</b>			<b>25,895</b>	<b>28,055</b>	<b>99.35</b>	<b>795.15</b>			<b>25.965</b>	<b>28,455</b>	<b>109.15</b>	<b>842.15</b>
<b>Свободный выбор</b>												
<b>Холодное блюдо</b>												
Свекла с маслом растительным	100		6,00				100			6,00		
<b>I блюдо</b>												
Борщ с мясом	200/15		22,00				200/15			22,00		
<b>II блюдо</b>							50/125					
Гуляш из говядины	50/75		65,00				50/75			65,00		
<b>III блюдо</b>												
Сок	1/200		35,00				1/200			35,00		
<b>IV блюдо</b>												
Капуста тушеная	150		10,00				150			10,00		
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*