

ИП Пятаева Т.О.
 Меню по столовой МБОУ СОШ № 28 г. Пензы им. В.О. Ключевского
 на 30 января 2025 год

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



Завтрак	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углевод ы	Энергети ческая ценность	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углевод ы	Энергет ическая ценность
1-4 классы						5-11 классы						
Каша рисовая (жидкая)	200/10/10	35.27	4	2.77	34.51	179,46	150/7.5 /7.5	24.85	3,74	8.85	24,1	192
Какао с молоком	180	16.5	3,67	5.04	13.35	141.3	200	17,5	4,85	5,04	32,73	195,71
Бутерброд с сыром	15/30	19,30	5,22	7,47	13.35	141.3	15/30	19,3	5.76	5,25	14,94	133
Хлеб ржаной	25	2,50	1,65	0,3	8,35	34.8	40	4.16	1,65	0,3	8,35	43,5
Сок фруктовый	200	26.19	1		20.2	84.8	200	26.19	1		20.2	84.8
Итого		99.76						92				
Итого на завтрак			15.54	15.58	89.76	581.66			17	19,44	100.32	649.01
1-4 классы						5-11 классы						
Салат из моркови с яблоками	60	12,1	0,96	0	1,8	13	100	16.94	0,96	0	1.8	13
Борщ с картофелем, капустой и курицей	200/15	21,63	2.2	2,95	14,7	94,25	250/20	27.03	2,2	2.95	14.7	94.25
Котлеты или биточки рыбные	90	37.19	11,75	13,28	8.02	196,5	110	46.81	11,75	13.28	8.02	196.5
Картофельное пюре	150	10,74	2.75	5,99	15,87	130,5	180	12.1	2,75	5.99	15.87	130.5
Компот из яблок	200	9,5	0,78	0,046	27,63	114,8	200	9.5	0.78	0.046	27.63	114.8
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	2.50	1,65	0,3	8.35	34.8	25	2.50	1,65	0.3	8.35	34.8
Фрукт сезонного значения (яблоко)							100	17.02	0,4	0.4	9.8	47
Итого		99,76						138				
Итого за обед			23.09	23,726	96.97	688.65			23.49	24.126	106.77	735.65
Свободный выбор												
Холодное блюдо												
Салат Витаминный I блюдо	100		15,00				100			15,00		
Суп лапша домашняя II блюдо	250		11,00				250			11.00		
Котлета из птицы III блюдо	80		45,00				80			45,00		
Гуляш из говядины IV блюдо	50/125		65,00				50/125			65,00		
Сок Выпечка	1/200		35,00				1/200			35,00		
Макаронны отварные	150		12,00				150			12,00		
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 Free