

ИП Пятаева Т.О.
Меню по столовой МБОУ СОШ № 28 г. Пензы им. В.О. Ключевского
на 06 марта 2025 год

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



Завтрак	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углевод ы	Энергети ческая ценность	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углевод ы	Энергети ческая ценность
1-4 классы							5-11 классы					
Каша гречневая с молоком	200/10	29.79	8.33	8.99	46.91	301.18	150/7.5	23.67	8.33	8.99	46.91	301.18
Кофейный напиток с молоком	180	9.64	2.85	2.41	14.35	90.54	200	10.5	2.79	3.19	19.7	118.69
Омлет из яиц	75	25.54	11.61	20.68	2.2	241.25	75	25.54	16.56	27.6	3.06	327
Батон нарезной	40	6.1	1.1	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	43.5						
Сок фруктовый	200	26.19	1	0.2	20.2	84.8	200	26.19	1	0.2	20.2	84.8
Итого		99.76						92				
Итого на завтрак			29,66	39,85	85,16	817,77			23,35	32,15	63,56	635,29
Обед			1-4 классы				5-11 классы					
Икра свекольная	60	9.78	0.96	3.16	7.61	61.73	100	13.5	0.96	3.16	7.61	61.73
Суп из овощей с курицей	200/15	18.87	2.18	7.36	7.67	87.25	250/20	23.58	2.18	7.36	7.67	87.25
Сметана	10	5.1	0.25	2	0.35	2.5	10	5.1	0.25	2	0.35	2.5
Котлета из курицы	90	36.29	9.26	7.61	15.67	168.52	110	46.63	13.89	11.42	23.5	252.78
Макароны отварные	150	9.75	3.79	9.52	17.21	174.55	180	12.2	4.55	11.41	20.65	209.65
Напиток из яблок и апельсинов	200	11.37	0.6	0	33	136	200	11.37	0.6	0	33	136
Хлеб ржаной	25	2.50	1.98	0.36	10.02	52.2	25	2.5	1.98	0.36	10.02	52.2
Батон нарезной	40	6.1	3	1.16	20.6	104.8	40	6.1	3	1.16	20.6	104.8
Фрукт сезонного значения (яблоко)							100	17.02	0.4	0.4	9.8	47
Итого		99.76						138				
Итого за обед			22.02	31.17	112.13	830.62			27.41	36.87	123.4	864.43
Свободный выбор												
Холодное блюдо												
Винегрет овощной	100		15.00				100			15.00		
I блюдо												
Суп лапша домашняя	250		12,00				250			12,00		
II блюдо												
Отбивная из грудки	100		65,00				100			65,00		
III блюдо												
Сок	1/200		35,00				1/200			35,00		
IV блюдо												
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 _____