

ИП Пятаева Т.О.
Меню по столовой МБОУ СОШ № 28 г. Пензы им. В.О. Ключевского
на 19 марта 2025 год

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



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						
Запеканка из творога	100	57.24	18	18,9	17.92	318.75	100	52.24	24	25.2	23,9	425
Молоко сгущённое	20	8.7	0.72	0.85	5.55	32.8	10	3.49	0.72	0.85	5.55	32.8
Каша овсяная	150/7.5/7.5	21.87	6.23	9.84	35.71	256.71	150/7.5/7.5	21.87	4.91	6.25	26.32	180.83
Чай с сахаром и лимоном	180/7.5/7.5	6.15	0.7	0.02	14.63	58.5	200/10/10	6.9	0.2	0.05	15.01	57
Батон нарезной	20	3.3	3	1.16	20.6	104.8						
Хлеб ржаной	25	2.5	1.65	0.3	8.35	42.75	25	2.5	1.65	0.3	8.35	42.75
Итого		99.76						92				
Итого на завтрак			30,3	31.07	102.76	814.31			31.48	32.65	79.13	738.38
Обед 1-4 классы						5-11 классы						
Икра свекольная	60	9.78	1.3	8.1	7.8	108.7	100	13.5	1.3	8.1	7.8	108.7
Суп с рыбными консервами	200	19.74	1.75	4.98	7.78	83	250	23.68	1.75	4.98	7.78	83
Плов из отварной курицы	200	50.94	14.4	3.3	10.1	127.1	250	61.67	14.4	3.3	10.1	127.1
Напиток из шиповника	200	10.7	0.2	0	6.5	26.8	200	10.7	0.2	0	6.5	26.8
Хлеб ржаной	25	2.5	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	19.85	0.4	0.4	9.8	47
Итого		99.76						138				
Итого за обед			22.63	17.9	62.8	502.6			23.03	18.3	72.6	549.6
Свободный выбор												
Холодное блюдо												
Винегрет овощной	100		15,00				100		15,00			
I блюдо												
Суп картофельный с рисом	250		12,00				250		12,00			
II блюдо												
Котлета из птицы	80		45,00				80		45,00			
III блюдо												
Сок	1/200		35,00				1/200		35,00			
IV блюдо												
Макаронь отварные	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 _____