

**ИП Пятаева Т.О.**  
**Меню по столовой МБОУ СОШ № 28 г. Пензы им. В.О. Ключевского**  
**на 03 марта 2025 год**



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

Завтрак Наименование блюдо	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углевод ы	Энергети ческая ценность	Выход	Цена	1-4 классы		5-11 классы		Энергетическая ценность
									Белки	Жиры	Углевод ы	Энергетическая ценность	
Каша вязкая молочная пшеничная	200/10/10	35.27	6,48	8.3	40.73	264	150/7.5 /7.5	27.51	8,18	12,8	42,46	318	
Какао с молоком	180	16.5	3.67	5.04	13.35	141	180	16.5	3.67	5.04	13.35	141	
Сок фруктовый	200	26.19	1	0,2	20,2	84,8	200	26.19	1	0.2	20.2	84.8	
Хлеб ржаной	25	2,5	1.65	0,3	8,35	58	25	2,5	1,65	0,3	8,35	43,5	
Бутерброд с сыром	15/30	19,3	5.22	7,47	13,35	141,3	15/30	19.3	5,76	5,25	14,94	133	
<b>Итого</b>		<b>99.76</b>						<b>92</b>					
<b>Итого на завтрак</b>			<b>18.02</b>	<b>21.31</b>	<b>95.98</b>	<b>689.1</b>			<b>19.26</b>	<b>23.39</b>	<b>79.1</b>	<b>720.3</b>	

Обед	Выход	Цена	1-4 классы				5-11 классы				Энергетическая ценность	
			Белки	Жиры	Углевод ы	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углевод ы	Энергетическая ценность		
Салат из моркови с яблоками	60	10.8	0.96	6.06	1.8	65.4	100	15.12	0.96	6.06	1.8	65.4
Рассольник Ленинградский с курицей	200/15	19.65	5.8	7.62	12.5	142	250/20	24.56	5.8	7.62	12.5	142
Сметана	10	5.1	0.25	2	0.35	2.5	10	5.1	0.25	2	0.35	2.5
Рыба тушеная в томате с овощами	90	38.91	27.3	8.1	33.2	314.6	110	46	27.3	8.1	33.2	314.6
Рис отварной	150	9.8	3.67	5.42	36.67	210.11	180	11.5				
Чай с сахаром и лимоном	200/10/10	6.9	0.6	0.2	15.2	65.3	200/10/ 10	6.9	0.6	0.2	15.2	65.3
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
Кондитерское изделие (печенье)							50	20.22	1.1	1.76	13.25	73.18
<b>Итого</b>		<b>99.76</b>						<b>138</b>				
<b>Итого за обед</b>			<b>43.56</b>	<b>30.92</b>	<b>130.34</b>	<b>956.91</b>			<b>40.99</b>	<b>27.26</b>	<b>106.92</b>	<b>819.98</b>

**Свободный выбор**

<b>Холодное блюдо</b>												
Салат из квашеной капусты	100		22,00			100				22,00		
<b>I блюдо</b>												
Суп картофельный с горохом	250		15,00			250				15,00		
<b>II блюдо</b>												
Котлета из птицы	80		45,00			80				45,00		
<b>III блюдо</b>												
Сок	1/200		35,00			1/200				35,00		
<b>IV блюдо</b>												
Макароны отварные	150		12,00			150				12,00		
Гречка отварная	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

*Handwritten signature*