

ИП Пятаева Т.О.  
 Меню по столовой МБОУ СОШ № 28 г. Пензы им. В.О. Ключевского  
 на 10 апреля 2024 год

Согласовано  
 Директор МБОУ СОШ №28 г. Пензы  
 им. В.О. Ключевского  
 А.В. Мирясов



| Завтрак                         | Выход      | Цена         | Белки        | Жиры         | Углеводы     | Энергетическая<br>ценность | Выход       | Цена         | Белки        | Жиры         | Углеводы     | Энергетическая<br>ценность |
|---------------------------------|------------|--------------|--------------|--------------|--------------|----------------------------|-------------|--------------|--------------|--------------|--------------|----------------------------|
| Наименование<br>блюда           | 1-4 классы |              |              |              |              |                            | 5-11 классы |              |              |              |              |                            |
| Омлет из яиц                    | 165        | 31,1         | 9,29         | 16,55        | 1,76         | 193,1                      | 200         | 37,09        | 16,56        | 27,6         | 3,06         | 327                        |
| Фрукты<br>сезонного<br>значения | 150        | 29,19        | 0,4          | 0,4          | 9,8          | 47                         |             |              |              |              |              |                            |
| Масло сливочное                 | 10         | 13,45        | 0,08         | 7,25         | 0,13         | 66                         | 10          | 13,45        | 0,15         | 10,8         | 0,15         | 99                         |
| Сыр российский<br>порционный    | 10         | 14,78        | 2,32         | 2,95         | 0            | 36                         |             |              |              |              |              |                            |
| Батон нарезной                  | 30         | 2,25         | 2,28         | 0,84         | 15,42        | 78,67                      | 30          | 2,25         | 2,28         | 0,84         | 15,42        | 78,678                     |
| Чай с сахаром                   | 180        | 4,38         | 0,07         | 0,02         | 15           | 60                         | 200         | 4,92         | 0,1          | 0            | 15           | 60                         |
| Хлеб ржаной                     | 25         | 2,29         | 1,65         | 0,3          | 8,35         | 58                         | 25          | 2,29         | 1,65         | 0,3          | 8,35         | 43,5                       |
| <b>Итого</b>                    |            | <b>97,44</b> |              |              |              |                            |             | <b>60,00</b> |              |              |              |                            |
| <b>Итого на<br/>завтрак</b>     |            |              | <b>16,09</b> | <b>28,31</b> | <b>50,46</b> | <b>538,77</b>              |             |              | <b>20,74</b> | <b>39,54</b> | <b>41,98</b> | <b>608,178</b>             |

| Обед                      | 1-4 классы |              |               |               |               |               | 5-11 классы |              |               |               |               |               |
|---------------------------|------------|--------------|---------------|---------------|---------------|---------------|-------------|--------------|---------------|---------------|---------------|---------------|
| Винегрет<br>овощной       | 80         | 11,8         | 0,6           | 6,12          | 2,1           | 66            | 100         | 12,1         | 0,6           | 6,12          | 2,1           | 66            |
| Рассольник со<br>сметаной | 250        | 10,88        | 2,075         | 5,2           | 12,8          | 106,25        | 250         | 10,88        | 2,075         | 5,2           | 12,8          | 106,25        |
| Котлета из<br>говядины    | 100        | 40,88        | 13,3          | 7,2           | 6,3           | 143           | 100         | 40,88        | 13,3          | 7,2           | 6,3           | 143           |
| Макароны<br>отварные      | 150        | 9,75         | 3,69          | 6,075         | 33,85         | 204,6         | 180         | 10,2         | 3,69          | 6,075         | 33,85         | 204,6         |
| Напиток из<br>шиповника   | 200        | 12,9         | 1             | 0             | 15            | 110           |             |              |               |               |               |               |
| Батон нарезной            | 50         | 4,2          | 3             | 1,16          | 20,6          | 104,8         | 40          | 3,5          | 3             | 1,16          | 20,6          | 104,8         |
| Хлеб ржаной               | 30         | 2,52         | 1,98          | 0,36          | 10,02         | 52,2          | 30          | 2,52         | 1,98          | 0,36          | 10,02         | 52,2          |
| Соус красный<br>основной  | 30         | 4,51         |               |               |               |               |             |              |               |               |               |               |
| Чай с сахаром             |            |              |               |               |               |               | 200         | 4,92         | 0,1           | 0             | 15            | 60            |
| <b>Итого</b>              |            | <b>97,44</b> | <b>26,645</b> | <b>26,115</b> | <b>100,67</b> | <b>786,85</b> |             | <b>85,00</b> |               |               |               |               |
| <b>Итого за обед</b>      |            |              |               |               |               |               |             |              | <b>24,745</b> | <b>26,115</b> | <b>100,67</b> | <b>736,85</b> |

Свободный выбор

|                                   |        |  |  |       |  |  |        |  |  |  |       |  |
|-----------------------------------|--------|--|--|-------|--|--|--------|--|--|--|-------|--|
| Холодное блюдо                    |        |  |  |       |  |  |        |  |  |  |       |  |
| Салат из<br>квашеной<br>капусты   | 100    |  |  | 12,00 |  |  | 100    |  |  |  | 12,00 |  |
| <b>I блюдо</b>                    |        |  |  |       |  |  |        |  |  |  |       |  |
| Суп лапша<br>домашняя             | 250    |  |  | 10,00 |  |  | 250    |  |  |  | 10,00 |  |
| <b>II блюдо</b>                   |        |  |  |       |  |  |        |  |  |  |       |  |
| Гуляш из<br>говядины              | 50/125 |  |  | 79,00 |  |  | 50/125 |  |  |  | 79,00 |  |
| <b>III блюдо</b>                  |        |  |  |       |  |  |        |  |  |  |       |  |
| Сок                               | 1/200  |  |  | 35,00 |  |  | 1/200  |  |  |  | 35,00 |  |
| <b>IV блюдо</b>                   |        |  |  |       |  |  |        |  |  |  |       |  |
| Пюре<br>картофельное              | 150    |  |  | 12,00 |  |  | 150    |  |  |  | 12,00 |  |
| <b>Выпечка</b>                    |        |  |  |       |  |  |        |  |  |  |       |  |
| Ватрушка с<br>колбасой и<br>сыром | 100    |  |  | 40,00 |  |  | 100    |  |  |  | 40,00 |  |
| Сосиска в тесте                   | 50/100 |  |  | 40,00 |  |  | 50/100 |  |  |  | 40,00 |  |
| Пирожок с<br>повидлом             | 75     |  |  | 30,00 |  |  | 75     |  |  |  | 30,00 |  |
| Плюшка с маком                    | 75     |  |  | 30,00 |  |  | 75     |  |  |  | 30,00 |  |

Зав. производством \_\_\_\_\_

*Зав. производством*