

ИП Пятаева Т.О.
Меню по столовой МБОУ СОШ № 28 г. Пензы им. В.О. Ключевского
на 11 апреля 2024 год



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

| Завтрак | Выход | Цена | Белки | Жиры | Углеводы | Энергетическая ценность | Выход | Цена | Белки | Жиры | Углеводы | Энергетическая ценность |
|-------------------------|-------------------|--------------|--------------|--------------|---------------|----------------------------|--------------------|--------------|-----------|--------------|--------------|----------------------------|
| | | | | | | | | | | | | |
| | 1-4 классы | | | | | | 5-11 классы | | | | | |
| Каша рисовая жидкая | 150/7,5 | 24,6 | 4 | 2,77 | 34,51 | 179,46 | 200/7,5 | 32,61 | 3,74 | 8,85 | 24,1 | 192 |
| Какао с молоком | 180 | 6,35 | 3,67 | 5,04 | 13,35 | 141,3 | 200 | 7,8 | 4,85 | 5,04 | 32,73 | 195,71 |
| Бутерброд с сыром | 15/30 | 17,30 | 5,22 | 7,47 | 13,35 | 141,3 | 15/30 | 17,3 | 5,76 | 5,25 | 14,94 | 133 |
| Хлеб ржаной | 25 | 2,29 | 1,65 | 0,3 | 8,35 | 34,8 | 25 | 2,29 | 1,68 | 0,3 | 8,35 | 43,5 |
| Сок фруктовый | 200 | 30,49 | 1 | | 20,2 | 84,8 | | | | | | |
| Кондитерское изделие | 50 | 16,41 | 1,1 | 1,76 | 13,25 | 73,18 | | | | | | |
| Итого | | 97,44 | | | | | | 60,00 | | | | |
| Итого на завтрак | | | 16,64 | 17,34 | 103,01 | 654,84 | | | 16 | 19,44 | 80,12 | 564,21 |

| Обед | Выход | Цена | Белки | Жиры | Углеводы | Энергетическая ценность | Выход | Цена | Белки | Жиры | Углеводы | Энергетическая ценность |
|-------------------------------------|-------------------|--------------|--------------|---------------|--------------|----------------------------|--------------------|--------------|--------------|--------------|--------------|----------------------------|
| | | | | | | | | | | | | |
| | 1-4 классы | | | | | | 5-11 классы | | | | | |
| Салат из квашеной капусты | 80 | 14,1 | 0,96 | 0 | 1,8 | 13 | 100 | 14,8 | 0,96 | 0 | 1,8 | 13 |
| Суп гороховый | 250 | 11,8 | 2,2 | 2,95 | 14,7 | 94,25 | 250 | 11,8 | 2,2 | 2,95 | 14,7 | 94,25 |
| Рыба припущенная с овощами в молоке | 90 | 45,88 | 11,75 | 13,28 | 8,02 | 196,5 | 100 | 36,03 | 11,75 | 13,28 | 8,02 | 196,5 |
| Картофельное пюре | 150 | 9,74 | 2,75 | 5,99 | 15,87 | 130,5 | 180 | 10,2 | 2,75 | 5,99 | 15,87 | 130,5 |
| Чай с сахаром и лимоном | | | | | | | 200 | 6,15 | 0,13 | 0,02 | 15,2 | 62 |
| Компот из яблок | 200 | 9,2 | 0,78 | 0,046 | 27,63 | 114,8 | | | | | | |
| 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 |
| Итого | | 97,44 | | | | | | 85,00 | | | | |
| Итого за обед | | | 23,42 | 23,786 | 98,64 | 706,05 | | | 22,77 | 23,76 | 86,21 | 653,25 |

Свободный выбор

| | | | | | | | | | | | | |
|-----------------------------|--------|--|--|-------|--|--|--------|--|--|--|-------|--|
| Холодное блюдо | | | | | | | | | | | | |
| Салат овощной | 100 | | | 12,00 | | | 100 | | | | 12,00 | |
| I блюдо | | | | | | | | | | | | |
| Суп лапша домашняя | 250 | | | 14,50 | | | 250 | | | | 14,50 | |
| II блюдо | | | | | | | | | | | | |
| Плов из куриной грудки | 50/125 | | | 58,00 | | | 50/125 | | | | 58,00 | |
| III блюдо | | | | | | | | | | | | |
| Сок | 1/200 | | | 35,00 | | | 1/200 | | | | 35,00 | |
| IV блюдо | | | | | | | | | | | | |
| Капуста тушеная | 150 | | | 10,00 | | | 150 | | | | 10,00 | |
| Выпечка | | | | | | | | | | | | |
| Ватрушка с колбасой и сыром | 100 | | | 40,00 | | | 100 | | | | 40,00 | |
| Сосиска в тесте | 50/100 | | | 40,00 | | | 50/100 | | | | 40,00 | |
| Пирожок с повидлом | 75 | | | 30,00 | | | 75 | | | | 30,00 | |
| Плюшка с маком | 75 | | | 30,00 | | | 75 | | | | 30,00 | |

Зав. производством _____

Гирова