

**ИП Пятаева Т.О.**  
**Меню по столовой МБОУ СОШ № 28 г. Пензы им. В.О. Ключевского**  
**на 12 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 |
|-------------------------------------|--------|--------------|--------------|-------------|---------------|----------------------------|--------|--------------|--------------|--------------|---------------|----------------------------|
|                                     |        |              |              |             |               |                            |        |              |              |              |               |                            |
| Макаронные изделия отварные с сыром | 200/10 | 32,25        | 16,58        | 19,5        | 41,79         | 409,64                     | 200/10 | 32,25        | 9,2          | 7,2          | 39            | 258                        |
| Масло сливочное                     | 10     | 13,45        | 0,08         | 7,25        | 0,13          | 66                         | 10     | 13,45        | 0,15         | 10,8         | 0,15          | 99                         |
| Батон нарезной                      | 30     | 2,25         | 1,52         | 0,56        | 10,28         | 52,4                       | 30     | 2,25         | 2,28         | 0,84         | 15,471        | 78,678                     |
| Кофейный напиток с молоком          | 180    | 8,9          | 2,85         | 2,41        | 14,35         | 90,54                      | 200    | 9,8          | 2,79         | 3,19         | 19,71         | 118,69                     |
| Хлеб ржаной                         | 15     | 2,25         | 0,84         | 0,18        | 7,41          | 34,8                       | 15     | 2,25         | 1,65         | 0,3          | 8,35          | 43,5                       |
| Фрукты сезонного значения           | 150    | 38,34        | 0,4          | 0,4         | 98            | 47                         |        |              |              |              |               |                            |
| <b>Итого</b>                        |        | <b>97,44</b> |              |             |               |                            |        | <b>60,00</b> |              |              |               |                            |
| <b>Итого на завтрак</b>             |        |              | <b>22,27</b> | <b>30,3</b> | <b>171,96</b> | <b>700,38</b>              |        |              | <b>16,07</b> | <b>22,33</b> | <b>82,681</b> | <b>597,868</b>             |

| Обед                                  | Выход | Цена         | Белки        | Жиры         | Углеводы     | Энергетическая<br>ценность | Выход | Цена         | Белки        | Жиры         | Углеводы     | Энергетическая<br>ценность |
|---------------------------------------|-------|--------------|--------------|--------------|--------------|----------------------------|-------|--------------|--------------|--------------|--------------|----------------------------|
|                                       |       |              |              |              |              |                            |       |              |              |              |              |                            |
| Салат из соленых огурцов с картофелем | 90    | 10,62        | 0,96         | 3,16         | 7,61         | 61,73                      | 100   | 11,1         | 0,96         | 3,16         | 7,61         | 61,73                      |
| Суп картофельный с рыбой              | 250   | 13,14        | 0,8          | 2,8          | 9            | 59,11                      | 250   | 13,14        | 0,8          | 2,8          | 9            | 59,11                      |
| Котлета куриная                       | 100   | 41,14        | 15,37        | 11,82        | 15,09        | 227,78                     | 100   | 41,14        | 15,37        | 11,82        | 15,09        | 227,78                     |
| Компот из сухофруктов                 | 200   | 7,22         | 0,5          | 0            | 27           | 110                        |       |              |              |              |              |                            |
| Чай с джемом                          |       |              |              |              |              |                            | 200   | 3,5          | 0,1          | 0            | 15           | 60                         |
| Хлеб ржаной                           | 30    | 2,52         | 1,98         | 0,36         | 10,02        | 52,2                       | 30    | 2,52         | 1,98         | 0,36         | 10,02        | 52,2                       |
| Батон нарезной                        | 50    | 4,2          | 3            | 1,16         | 20,6         | 104,8                      | 40    | 3,5          | 3            | 1,16         | 20,6         | 104,8                      |
| Гречка отварная с маслом              | 150   | 9,31         | 8,55         | 7,85         | 37,08        | 253,05                     | 180   | 10,1         | 8,55         | 7,85         | 37,08        | 253,05                     |
| Соус сметанный                        | 30    | 9,29         |              |              |              |                            |       |              |              |              |              |                            |
| <b>Итого</b>                          |       | <b>97,44</b> |              |              |              |                            |       | <b>85,00</b> |              |              |              |                            |
| <b>Итого за обед</b>                  |       |              | <b>31,16</b> | <b>27,15</b> | <b>126,4</b> | <b>868,67</b>              |       |              | <b>30,76</b> | <b>27,15</b> | <b>114,4</b> | <b>818,67</b>              |

**Свободный выбор**

|                             |        |  |  |       |  |  |        |  |  |  |       |  |
|-----------------------------|--------|--|--|-------|--|--|--------|--|--|--|-------|--|
| <b>Холодное блюдо</b>       |        |  |  |       |  |  |        |  |  |  |       |  |
| Салат из квашеной капусты   | 100    |  |  | 12,00 |  |  | 100    |  |  |  | 12,00 |  |
| <b>I блюдо</b>              |        |  |  |       |  |  |        |  |  |  |       |  |
| Борщ из свежей капусты      | 250    |  |  | 15,00 |  |  | 250    |  |  |  | 15,50 |  |
| <b>II блюдо</b>             |        |  |  |       |  |  |        |  |  |  |       |  |
| Гуляш из говядины           | 50/125 |  |  | 70,00 |  |  | 50/125 |  |  |  | 70,00 |  |
| <b>III блюдо</b>            |        |  |  |       |  |  |        |  |  |  |       |  |
| Сок                         | 1/200  |  |  | 35,00 |  |  | 1/200  |  |  |  | 35,00 |  |
| <b>IV блюдо</b>             |        |  |  |       |  |  |        |  |  |  |       |  |
| Пюре картофельное           | 150    |  |  | 11,00 |  |  | 150    |  |  |  | 11,00 |  |
| <b>Выпечка</b>              |        |  |  |       |  |  |        |  |  |  |       |  |
| 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 \_\_\_\_\_

*А.В. Мирясов*