

ИП Пятаева Т.О.
Меню по столовой МБОУ СОШ № 28 г. Пензы им. В.О. Ключевского
на 3 апреля 2024 год

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



Завтрак												
Наименование блюда	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
1-4 классы						5-11 классы						
Запеканка из творога	100	29,43	14,61	11,06	28	270	75	28,84	24	25,2	23,9	425
Молоко сгущенное с сахаром	10	3,28	0,72	0,85	5,55	32,8	10	3,28	0,72	0,85	5,55	32,8
Каша геркулесовая	150/3,75	13,82	6,23	9,84	35,71	256,71	150/3,75	13,82	4,91	6,25	26,32	180,83
Чай с сахаром	180	3,68	0,7	0,02	14,63	58,5	200	4,38	0,2	0,05	15,01	57
Бутерброд с повидлом	15/10	7,56	1,1	1,76	13,25	73,18	15/25	7,56	1,21	0,45	14,35	66
Хлеб ржаной	15	1,89	1,65	0,3	8,35	42,75	30	2,12	1,65	0,3	8,35	42,75
Сок фруктовый	200	22,2	1	0,2	20,2	84,8						
Итого		81,86						60,00				
Итого на завтрак			26,01	24,03	125,69	818,74			32,69	33,1	93,48	804,38

Обед												
1-4 классы						5-11 классы						
Салат с картофелем и квашеной капустой	80	10,2	1,3	8,1	7,8	108,7	100	12,8	1,3	8,1	7,8	108,7
Суп с рыбными консервами	250	11,34	1,75	4,98	7,78	83	250	11,34	1,75	4,98	7,78	83
Гуляш из куриной грудки	100	38,07	14,4	3,3	10,1	127,1	100	36,33	14,4	3,3	10,1	127,1
Гречка отварная с маслом	150	7,82	3,15	6,6	19,7	145,8	180	10,1	3,15	6,6	19,7	145,8
Напиток из шиповника	200	10,84	0,2	0	6,5	26,8	200	10,84	0,2	0	6,5	26,8
Хлеб ржаной	30	2,12	1,98	0,36	10,02	52,2	30	2,12	1,98	0,36	10,02	52,2
Багон нарезной	20	1,47	3	1,16	20,6	104,8	20	1,47	3	1,16	20,6	104,8
Итого		81,86						85,00				
Итого за обед			25,78	24,5	82,5	648,4			25,78	24,5	82,5	648,4

Свободный выбор												
Холодное блюдо												
Винегрет овощной	100			12,50			100				12,50	
I блюдо												
Борщ	250			15,00			250				15,00	
II блюдо												
Сотлета из птицы	80			49,00			80				49,00	
III блюдо												
Сок	1/200			35,00			1/200				35,00	
IV блюдо												
Картофельное пюре	150			12,00			150				12,00	
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 _____

Пятаева Т.О.