

ИП Пятаева Т.О.
 Меню по столовой МБОУ СОШ № 28 г. Пензы им. В.О. Ключевского
 на 2 мая 2024 год



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

Завтрак	Наименование блюда	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углевод ы	Энергети ческая ценность	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углевод ы	Энергетическая ценность
	Каша гречневая с молоком	150/10	21,89	8,33	8,99	46,91	301,18	200	9,64	2,79	3,19	19,7	118,69
	Кофейный напиток с молоком	180	8,8	2,85	2,85	14,35	90,54						
	Омлет из яиц	75	15,6	11,61	11,61	2,2	241,25	200	29,7	16,56	27,6	3,06	327
	Бутерброд с сыром	15/30	17,3	5,22	5,22	13,35	141,3	15/30	17,30	5,76	5,25	14,94	133
	Хлеб ржаной	40	3,36	1,65	1,65	8,35	43,5	40	3,36	1,65	0,3	8,35	43,5
	Сок фруктовый	200	30,49	1	1	20,2	84,8						
	Итого		97,44						60,00				
	Итого на завтрак			29,66	39,85	85,16	817,77			26,76	36,34	46,05	622,19

Обед	Наименование блюда	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углевод ы	Энергети ческая ценность	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углевод ы	Энергетическая ценность
	Огурец свежий (нарезка)	60	12,9	0,96	3,16	7,61	61,73	100	13,5	0,96	3,16	7,61	61,73
	Суп из овощей со сметаной	250	12,07	2,18	7,36	7,67	87,25	250	12,07	2,18	7,36	7,67	87,25
	Котлета из курицы	100	35,29	9,26	7,61	15,67	168,52	100	35,29	13,89	11,42	23,5	252,78
	Макароны отварные	150	9,8	3,79	9,52	17,21	174,55	180	11,22	4,55	11,41	20,65	209,65
	Соус сметанный	30	9,29										
	Напиток из яблок и апельсинов	200	11,37	0,6	0	33	136						
	Хлеб ржаной	30	2,52	1,98	0,36	10,02	52,2	30	2,52	1,98	0,36	10,2	52,2
	Батон нарезной	50	4,2	3	1,16	20,6	104,8	40	3,5	3	1,16	20,6	104,8
	Чай с сахаром и лимоном							200	6,9	0,6	0,2	15,2	65,3
	Итого		97,44						85,00				
	Итого за обед			21,77	29,17	111,78	830,62			27,16	35,07	105,25	864,43

Свободный выбор

Холодное блюдо													
Салат из квашеной капусты	100			12,00				100				12,00	
I блюдо													
Суп лапша домашняя	250			12,00				250				12,00	
II блюдо													
Говядина из отварной курицы	250			58,00				250				58,00	
III блюдо													
Сок	1/200			35,00				1/200				35,00	
IV блюдо													
Пюре картофельное	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

Handwritten signature