

ИП Пятаева Т.О.
Меню по столовой МБОУ СОШ № 28 г. Пензы им. В.О. Ключевского
на 3 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	Энергетичес кая ценность
	Бутерброд с маслом	10/25	15,7	2,41	0,9	28,7	132	10/25	15,7	2,41	0,9	28,7	132
	Каша молочная рисовая	150/7,5	29,13	4	2,77	34,51	179,46	200/7,5	34,21	3,74	8,85	24,1	192
	Фрукты сезонного значения	150	29,19	0,4	0,4	9,8	47						
	Какао с молоком	180	6,35	3,67	3,19	15,82	106,74	200	7,8	4,85	5,04	32,73	195,71
	Хлеб ржаной	25	2,29	1,65	0,3	8,35	43,5	25	2,29	1,65	0,3	8,35	43,5
	Сыр Российский	10	14,78	2,32	2,95	0	36						
	Итого		97,44						60,00				
	Итого на завтрак			14,45	10,51	97,18	599,33			12,65	15,09	93,88	563,21

Обед	Наименование блюда	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углевод ы	Энергети ческая ценность	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углевод ы	Энергетичес кая ценность
	Салат из картофеля с солёным огурцом	80	10,78	0,7	8,1	5,8	99	100	11,13	0,7	8,1	5,8	99
	Борщ с картофелем со сметаной	250	12,6	5,8	7,62	12,5	142	250	12,6	5,8	7,62	12,5	142
	Биточки из говядины	100	43,71	10,3	5,4	10,1	139	100	43,71	10,3	6,4	10,1	139
	Картофельное пюре	150	8,9	3,69	6,075	33,85	204,6	180	9,5	3,69	6,075	33,85	204,6
	Чай с сахаром							200	4,92	0,68	0,2	15,2	65,3
	Соус красный основной	50	7,51										
	Напиток из сухофруктов	200	7,22	0,68	0,2	13,2	65,3						
	Хлеб ржаной	30	2,52	1,98	0,36	10,02	52,2	20	1,39	1,98	0,36	10,02	52,2
	Батон нарезной	50	4,2	3	1,16	20,6	104,8	20	1,75	3	1,16	20,6	104,8
	Итого		97,44						85,00				
	Итого за обед			26,15	29,915	108,07	806,9			26,15	29,915	108,07	806,9

Свободный выбор													
Холодное блюдо	Салат из свежих огурцов	100		15,00				100				15,00	
I блюдо	Суп картофельный	250		12,00				250				12,00	
II блюдо	Гуляш из говядины	50/125		70,00				50/125				70,00	
III блюдо	Сок	1/200		35,00				1/200				35,00	
IV блюдо	Гречка отварная	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

