

ИП Пятаева Т.О.
Меню по столовой МБОУ СОШ № 28 г. Пензы им. В.О. Ключевского
на 08 сентября 2025 год

Согласовано
 Директор МБОУ СОШ № 28 г. Пензы им. В.О. Ключевского
 Ю.Е. Макеева

Завтрак												
Наименование блюд	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углевод ы	Энергети ческая ценность	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углевод ы	Энергетичес кая ценность
1-4 классы							5-11 классы					
Каша вязкая молочная пшениная	200/10/10	31.46	6,48	8.3	40.73	264	150/7.5 /7.5	22.7	8,18	12,8	42,46	318
Какао с молоком	180	17.9	3.67	5.04	13.35	141	200	18.9	3.67	5.04	13.35	141
Сок фруктовый	200	28.6	1	0,2	20,2	84,8	200	28.6	1	0,2	20,2	84,8
Хлеб ржаной	25	2,5	1.65	0,3	8,35	58	25	2,5	1,65	0,3	8,35	43,5
Бутерброд с сыром	15/30	19,3	5.22	7,47	13,35	141,3	15/30	19,3	5,76	5,25	14,94	133
Итого		99.76						92				
Итого на завтрак			18.02	21.31	95.98	689.1			19.26	23.39	79.1	720.3
1-4 классы							5-11 классы					
Овощи натуральные свежие (огурец)	60	12.5	0.96	6.06	1.8	65.4	100	18/4	0.96	6.06	1.8	65.4
Рассольник Ленинградский	200	11.5	5.8	7.62	12.5	142	250	14.15	5.8	7.62	12.5	142
Сметана							10	5.1	0.25	2	0.35	2.5
Рыба тушеная в томате с овощами	90	50.46	27.3	8.1	33.2	314.6	110	72.35	27.3	8.1	33.2	314.6
Рис отварной	150	9.8	3.67	5.42	36.67	210.11	180	12.5				
Чай с сахаром и лимоном	200/10/10	6.9	0.6	0.2	15.2	65.3	200/10/ 10	6.9	0.6	0.2	15.2	65.3
Хлеб ржаной	25	2.5	1.98	0.36	10.02	52.2	25	2.5	1.98	0.36	10.02	52.2
Батон нарезной	40	6.1	3	1.16	20.6	104.8	40	6.1	3	1.16	20.6	104.8
Итого		99.76						138				
Итого за обед			43.31	28.92	129.99	954.41			39.89	25.5	93.67	746.8

Свободный выбор

Холодное блюдо				
Салат витаминный	100	15,00	100	15,00
I блюдо				
Борщ	250	15,00	250	15,00
II блюдо				
Котлета из птицы	90	55,00	90	55,00
III блюдо				
Сок	1/200	35,00	1/200	35,00
IV блюдо				
Макароны отварные	150	12,00	150	12,00
Выпечка				
Пирожок с джемом	75	35,00	75	35,00
Плюшка с маком	75	35,00	75	35,00
Пирожок со сгущенкой	75	35,00	75	35,00
Пирожок с шоколадом	75	35,00	75	35,00

Зав. производством

[Подпись]