

**ИП Пятаева Т.О.**  
**Меню по столовой МБОУ СОШ № 28 г. Пензы им. В.О. Ключевского**  
**на 12 сентября 2024 год**

Соблюдало  
 И.о. директора МБОУ СОШ № 28 г. Пензы им. В.О.  
 Ключевского  
 Н.С. Шарёв



Завтрак	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углевод ы	Энергети ческая ценность	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углевод ы	Энергети ческая ценность
	<b>1-4 классы</b>						<b>5-11 классы</b>					
Каша гречневая с молоком	200/10	23.44	8.33	8.99	46.91	301.18	150/10	16.62	8.3	8.99	46.91	301.18
Кофейный напиток с молоком	180	8.8	2.85	2.41	14.35	90.54	200	9.64	2.79	3.19	19.7	118.69
Омлет из яиц	75	15.6	11.61	20.68	2.2	241.25	75	15.6	16.56	27.6	3.06	327
Бутерброд с сыром	15/30	17.3	5.22	7.47	13.35	141.3						
Хлеб ржаной	40	3.36	1.65	0.3	8.35	43.5	40	3.36	1.65	0.3	8.35	43.5
Сок фруктовый	200	28.94	1	0.2	20.2	84.8						
Сыр «Российский»							10	14.78	2.32	2.95	0	36
<b>Итого</b>		<b>97,44</b>						<b>60,00</b>				
<b>Итого на завтрак</b>			<b>29,66</b>	<b>39,85</b>	<b>85,16</b>	<b>817,77</b>			<b>23,32</b>	<b>34,04</b>	<b>31,11</b>	<b>525,19</b>
	<b>1-4 классы</b>						<b>5-11 классы</b>					
Салат из свеклы с черносливом	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	200	10.07	2.18	7.36	7.67	87.25	250	12.07	2.18	7.36	7.67	87.25
Сметана	10	5.1	0.25	2	0.35	2.5	10	5.1	0.25	2	0.35	2.5
Котлета из курицы	90	35.29	9.26	7.61	15.67	168.52	100	30.19	13.89	11.42	23.65	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	6.19										
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	10.02	52.2
Батон нарезной	50	4.2	3	1.16	20.6	104.8	40	3.5	3	1.16	20.6	104.8
Чай с сахаром и лимоном							200	6.9	0.6	0.2	15.2	65.3
<b>Итого</b>		<b>97,44</b>						<b>85</b>				
<b>Итого за обед</b>			<b>22,02</b>	<b>31,17</b>	<b>112,13</b>	<b>830,62</b>			<b>27,41</b>	<b>37,07</b>	<b>105,6</b>	<b>864,43</b>
<b>Свободный выбор</b>												
Холодное блюдо												
Морковь с сахаром	100		5,00			100			5,00			
Салат витаминовый	100		12,00			100			12,00			
<b>I блюдо</b>												
Суп картофельный	250		12,00			250			12,00			
<b>II блюдо</b>												
Отбивная из птицы	100		65,00			100			65,00			
<b>III блюдо</b>												
Сок	1/200		35,00			1/200			35,00			
<b>IV блюдо</b>												
Рис отварной	150		15,00			150			15,00			
<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			
Пирожок со сгущенкой	75		30,00			75			30,00			
Пирожок с шоколадом	75		30,00			75			30,00			

Зав. производством \_\_\_\_\_

*Шарёв*