

ИП Пятаева Т.О.  
 Меню по столовой МБОУ СОШ № 28 г. Пензы им. В.О. Ключевского  
 на 15 сентября 2025 год

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

| Завтрак                    | Выход       | Цена  | Белки | Жиры  | Углевод<br>ы | Энергети<br>ческая<br>ценность | Выход       | Цена | Белки | Жиры  | Углевод<br>ы | Энергетичес<br>кая<br>ценность |
|----------------------------|-------------|-------|-------|-------|--------------|--------------------------------|-------------|------|-------|-------|--------------|--------------------------------|
| Наименование<br>блюдо      |             |       |       |       |              |                                |             |      |       |       |              |                                |
| 1-4 классы                 |             |       |       |       |              |                                | 5-11 классы |      |       |       |              |                                |
| Каша Дружба                | 150/7,5/7,5 | 29,86 | 4,56  | 8,39  | 32,6         | 225                            | 200/10/10   | 41   | 6,08  | 11,18 | 43,46        | 300                            |
| Сок фруктовый              | 200         | 28,6  | 1     | 0,2   | 20,2         | 84,8                           | 200         | 28,6 | 1     | 0,2   | 20,2         | 84,8                           |
| Кофейный напиток с молоком | 180         | 13,8  | 2,85  | 2,41  | 14,35        | 90,54                          | 200         | 13,8 | 2,79  | 3,19  | 19,71        | 90,54                          |
| Хлеб ржаной                | 25          | 2,5   | 1,4   | 0,3   | 12,35        | 58                             | 25          | 2,5  | 1,4   | 0,3   | 12,35        | 58                             |
| Батон нарезной             | 40          | 6,1   | 1,14  | 0,42  | 7,71         | 39,3                           | 40          | 6,1  | 1,14  | 0,42  | 7,71         | 39,3                           |
| Сыр российский порционный  | 15          | 18,9  | 2,32  | 2,95  | 0            | 36                             |             |      |       |       |              |                                |
| Итого                      |             | 99,76 |       |       |              |                                |             | 92   |       |       |              |                                |
| Итого на завтрак           |             |       | 20,05 | 19,39 | 82,57        | 533,64                         |             |      | 11,41 | 15,09 | 83,23        | 487,84                         |

|                                   |        |       |       |       |       |       |             |       |       |       |       |        |
|-----------------------------------|--------|-------|-------|-------|-------|-------|-------------|-------|-------|-------|-------|--------|
| 1-4 классы                        |        |       |       |       |       |       | 5-11 классы |       |       |       |       |        |
| Обед                              |        |       |       |       |       |       |             |       |       |       |       |        |
| Овощи натуральные свежие (огурец) | 60     | 12,5  | 0,43  | 6,06  | 1,2   | 61,2  | 100         | 18/4  | 0,43  | 6,06  | 1,2   | 61,2   |
| Суп лапша домашняя                | 200    | 14,32 | 2,38  | 5,08  | 12,99 | 117   | 250         | 16,11 | 2,38  | 5,08  | 12,99 | 117    |
| Плов из отварной курицы           | 200    | 54,84 | 15,3  | 14,33 | 24,38 | 297   | 250         | 70,17 | 15,3  | 14,33 | 24,38 | 297    |
| Батон нарезной                    | 40     | 6,1   | 3     | 1,16  | 20,6  | 104,8 | 40          | 6,1   | 3     | 1,16  | 20,6  | 104,8  |
| Хлеб ржаной                       | 20     | 2,08  | 1,98  | 0,36  | 10,02 | 52,2  | 20          | 2,08  | 1,98  | 0,36  | 10,02 | 52,2   |
| Чай с сахаром                     | 200/10 | 4,92  | 0,1   | 0     | 15    | 60    | 200/10      | 4,92  | 0,1   | 0     | 15    | 60     |
| Кондитерское изделие              |        |       |       |       |       |       | 50          | 20,22 | 1,1   | 1,76  | 13,25 | 73,18  |
| Итого                             |        | 99,76 |       |       |       |       |             | 138   |       |       |       |        |
| Итого за обед                     |        |       | 23,19 | 26,99 | 84,19 | 692,2 |             |       | 24,29 | 28,75 | 97,44 | 765,38 |

| Свободный выбор      |       |       |       |       |
|----------------------|-------|-------|-------|-------|
| Холодное блюдо       |       |       |       | 15,00 |
| Морковь с яблоками   | 100   | 15,00 | 100   |       |
| I блюдо              |       |       |       | 12,00 |
| Борщ                 | 250   | 12,00 | 250   |       |
| II блюдо             |       |       |       | 55,00 |
| Котлета из птицы     | 90    | 55,00 | 90    |       |
| III блюдо            |       |       |       | 35,00 |
| Сок                  | 1/200 | 35,00 | 1/200 |       |
| IV блюдо             |       |       |       | 12,00 |
| Макароны отварные    | 150   | 12,00 | 150   |       |
| Выпечка              |       |       |       | 35,00 |
| Пирожок с джемом     | 75    | 35,00 | 75    |       |
| Плюшка с маком       | 75    | 35,00 | 75    |       |
| Пирожок со сгущенкой | 75    | 35,00 | 75    |       |

Зав. производством