

ИП Пятаева Т.О.
 Меню по столовой МБОУ СОШ № 28 г. Пензы им. В.О. Ключевского
 на 17 сентября 2025 год

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

Ю.Е. Макеева

Завтрак	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углевод ы	Энергетич еская ценность	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углевод ы	Энергети ческая ценность
1-4 классы							5-11 классы					
Омлет натуральный	75	25.54	9,29	16,55	1,76	193,1	100	33.84	16,56	27,6	3,06	327
Фрукт сезонного значения	150	28.6	0,4	0,4	9,8	47	150	28.6	0,4	0,4	98	47
Масло сливочное	10	14.1	0,08	7,25	0,13	66						
Каша пшениная	100/7,5/7.5	18.54	2,32	2,95	0	36	100/7.5/ 7.5	18.54	2,32	2,95	0	36
Батон нарезной	40	6.1	3	1,16	20,6	104,8	40	6.1	3	1,16	20,6	104,8
Чай с сахаром	180/7.5	4,38,	0,07	0,02	15	60	200/10	4,92	0,1	0	15	60
Хлеб ржаной	25	2,5	1,65	0,3	8,35	58						
Итого		99,76						60,00				
Итого на завтрак			16,81	28,63	143,84	564,9			18,94	28,44	33,48	465,678
1-4 классы							5-11 классы					
Обед												
Салат витаминный	60	9,8	0,6	6,12	2,1	66	100	14,72	0,6	6,12	2,1	66
Рассольник «Ленинградский»	200	11,5	2,075	5,2	12,8	106,25	250/20	25,56	2,075	5,2	12,8	106,25
Сметана							10	5,1	0,25	2	0,35	2,5
Тефтели из говядины	90	49,41	13,3	7,2	6,3	143	110	61,12	13,3	7,2	6,3	143
Макароны отварные	150	9,75	3,69	6,075	33,85	204,6	180	12,2	3,69	6,075	33,85	204,6
Напиток из шиповника	200	10,7	1	0	15	110	200	10,7	1	0	15	110
Батон нарезной	40	6.1	3	1,16	20,6	104,8	40	6.1	3	1,16	20,6	104,8
Хлеб ржаной	25	2,5	1,65	0,3	8,35	58	25	2,5	1,65	0,3	8,35	58
Итого		99,76						138				
Итого за обед			25,315	26,055	99	792,65			25,565	28,055	99,35	795,15
Свободный выбор												
Холодное блюдо												
Салат из свежих помидор	100		15,00				100		15,00			
I блюдо												
Суп лапша домашняя	250		12,00				250		12,00			
II блюдо												
Гуляш из говядины	50/125		80,00				50/125		80,00			
III блюдо												
Сок	1/200		35,00				1/200		35,00			
IV блюдо												
Капуста тушеная	150		12,00				150		12,00			
Картофельное пюре	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 с шоколадом	75		35,00				75		35,00			

Зав. производством