

ИП Пятаева Т.О.
 Меню по столовой МБОУ СОШ № 28 г. Пензы им. В.О. Ключевского
 на 18 сентября 2024 год

И.о. директора МБОУ СОШ № 28 г. Пензы _____
 Согласно с приказом № 15 от 12.09.2024 г. В.О. Ключевского И.С. Шарёв



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	19,99	9,29	16,55	1,76	193,1	100	20,64	16,56	27,6	3,06	327
Фрукты сезонного значения	150	35,83	0,4	0,4	9,8	47						
Масло сливочное	15	17,5	0,08	7,25	0,13	66	10	13,45	0,15	10,8	0,15	99
Каша пшеничная	100/7,5	15,2	2,32	2,95	0	36	150/7,5	16,45				
Батон нарезной	30	2,25	2,28	0,84	15,42	78,67	30	2,25	2,28	0,84	15,42	78,678
Чай с сахаром	180	4,38	0,07	0,02	15	60	200	4,92	0,1	0	15	60
Хлеб ржаной	25	2,29	1,65	0,3	8,35	58	25	2,29	1,65	0,3	8,35	43,5
Итого		97,44						60,00				
Итого на завтрак			16,09	28,31	50,46	538,77			20,74	39,54	41,98	608,178
1-4 классы						5-11 классы						
Обед												
Салат «Витаминный»	600	9,8	0,6	6,12	2,1	66	100	11,1	0,6	6,12	2,1	66
Рассольник «Ленинградский»	200	9,5	2,075	5,2	12,8	106,25	250	10,4	2,075	5,2	12,8	106,25
Сметана	10	5,1	0,25	2	0,35	2,5	10	5,1	0,25	2	0,35	2,5
Тефтели	90	36,16	13,3	7,2	6,3	143	100	37,26	13,33	7,2	6,3	143
Макароны отварные	150	9,75	3,69	6,075	33,85	204,6	180	10,2	3,69	6,075	33,85	204,6
Напиток из шиповника	200	15,9	1	0	15	110						
Чай с сахаром							200	4,92	0,1	0	15	60
Батон нарезной	50	4,2	3	1,16	20,6	104,8	40	3,5	3	1,16	20,6	104,8
Хлеб ржаной	30	2,52	1,98	0,36	10,02	52,2	30	2,52	1,98	0,36	10,02	52,2
Соус красный основной	30	4,51										
Итого		97,44						85				
Итого за обед			25,895	28,115	101,02	789,35			24,995	28,115	101,02	739,35
Свободный выбор												
Холодное блюдо												
Салат из моркови с сахаром	100			5,00			100				5,00	
Салат из свежих помидоров	100			12,00			100				12,00	
I блюдо												
Суп лапша домашняя	250			12,00			250				12,00	
II блюдо												
Котлета из птицы	80			45,00			80				45,00	
Гуляш из говядины	50/150			65,00			50/150				65,00	
III блюдо												
Сок	1/200			35,00			1/200				35,00	
IV блюдо												
Капуста тушеная	150			10,00			150				10,00	
Пюре картофельное	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	
Пирожок со сгущенкой	75			30,00			75				30,00	
Пирожок с шоколадом	75			30,00			75				30,00	

Зав. производством _____

Боец