

ИП Пятаева Т.О.
 Меню по столовой МБОУ СОШ № 28 г. Пензы им. В.О. Ключевского
 на 26 сентября 2024 год



Исполнено
 И.О. директора МБОУ СОШ № 28 г. Пензы им. В.О. Ключевского
 Т.О. Пятаева

Завтрак	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углевод ы	Энергети ческая ценность	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углевод ы	Энергети ческая ценность
	1-4 классы						5-11 классы					
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
Итого		97,44						60,00				
Итого на завтрак			29,66	39,85	85,16	817,77			23,32	34,04	31,11	525,19
	1-4 классы						5-11 классы					
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 с курицей	200/20	16.26	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						
Котлета из курицы	90	35.29	9.26	7.61	15.67	168.52	100	37.41	13.89	11.42	23.5	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
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	40	3.9	1.98	0.36	10.02	52.2
Батон нарезной	50	4.2	3	1.16	20.6	104.8						
Чай с сахаром и лимоном							200/7.5/ 7.5	6.9	0.6	0.2	15.2	65.3
Итого		97,44						85				
Итого за обед			22,02	31,17	112,13	830,62			24,16	33,91	84,65	864,43
Свободный выбор												
Холодное блюдо												
Морковь с сахаром	100		5,00				100		5,00			
Салат витаминный	100		12,00				100		12,00			
I блюдо												
Суп картофельный	250		10,00				250		10,00			
II блюдо												
Отбивная из птицы	100		65,00				100		65,00			
III блюдо												
Сок	1/200		35,00				1/200		35,00			
IV блюдо												
Рис отварной	100		15,00				150		15,00			
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

Пятаева Т.О.