ИП Пятаева Т.О.
Меню по столовой МБОУ СОШ № 28 г. Пензы им. В.О. Ключевского
на 26 сентября 2025 год

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

Завтрак												
Наименование блюд	**Выход**	**Цена**	**Белки**	**Жиры**	**Углеводы**	**Энергетическая ценность**	**Выход**	**Цена**	**Белки**	**Жиры**	**Углеводы**	**Энергетическая ценность**
	1-4 классы						**5-11 классы**					
Бутерброд с маслом	10/15	17.02	2.41	0.9	28.7	132	10/15	17.02	2.41	0.9	28.7	132
Каша молочная рисовая (жидкая)	150/7.5/7.5	21.99	4	2.77	34.51	179.46	200/10/10	28.01	3.74	8.85	24.1	192
Фрукт сезонного значения	150	25.57	0.4	0.4	9.8	47	150	25.57	0.4	0.4	9.8	47
Какао с молоком	180	17.9	3.67	3.19	15.82	106.74	200	18.9	4.85	5.04	32.73	195.71
Хлеб ржаной	25	2.5	1.65	0.3	8.35	43.5	25	2.5	1.1	1.76	13.25	73.18
Сыр Российский	10	14.78	2.32	2.95	0	36						
Итого		**99.76**						**92**				
Итого на завтрак			**14.45**	**10.51**	**97.18**	**599.33**			**12.1**	**16.55**	**98.78**	**639.89**
Обед	**1-4 классы**						**5-11 классы**					
Салат из моркови с яблоками	60	9.8	0.7	8.1	5.8	99	100	13.5	0.7	8.1	5.8	99
Борщ с картофелем, капустой	200	13.2	1.75	4.98	7.78	83	250	15.5	1.75	4.98	7.78	83
Сметана							10	5.1	0.25	2	0.35	2.5
Тефтели из говядины	90	53.93	10.3	6.4	10.1	139	110	73.7	10.3	6.4	10.1	139
Гречка отварная	150/7.5	9.31	8.55	7.85	37.08	253.05	180/7/5	12.1	8.55	7.85	37.08	253.05
Компот из яблок							200	9.5	0.16	0	14.99	60.64
Чай с сахаром	200/10	4.92	0.1	0	15	60						
Хлеб ржаной	25	2.5	1.98	0.36	10.02	52.2	25	2.5	1.98	0.36	10.02	52.2
Батон нарезной	40	6.1	3	1.16	20.6	104.8	40	6.1	3	1.16	20.6	104.8
Итого		**99.76**						**138**				
Итого за обед			**26.38**	**28.85**	**106.38**	**791.05**			**26.69**	**30.85**	**106.72**	**794.19**

Свободный выбор

Холодное блюдо				
Салат из свеклы с маслом растительным	100	6.00	100	6 .00
I блюдо				
Суп картофельный	150	12,00	150	12,00
II блюдо				
Рыба жаренная	100	72,00	100	72,00
III блюдо				
Сок	1/200	35,00	1/200	35,00
IV блюдо				
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 со сгущенкой	75	35,00	75	35,00

Зав. производством _____