

ИП Пятаева Т.О.
Меню по столовой МБОУ СОШ № 28 г. Пензы им. В.О. Ключевского
на 5 сентября 2024 год

Согласовано
 И.о. директора МБОУ СОШ №28 г. Пензы им. В.О. Ключевского
 И.С. Царёв



Завтрак	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углевод ы	Энергети ческая ценность	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углевод	Энергети ческая ценность
1-4 классы						5-11 классы						
Каша рисовая жидкая	150/7,5	26,15	4	2,77	34,51	179,46	250/7,5	32,61	3,74	8,85	24,1	192
Какао с молоком	180	6,35	3,67	5,04	13,35	141,3	200	7,8	4,85	5,04	32,73	195,71
Бутерброд с сыром	15/30	17,30	5,22	7,47	13,35	141,3	15/30	17,3	5,76	5,25	14,94	133
Хлеб ржаной	25	2,29	1,65	0,3	8,35	34,8	25	2,29	1,65	0,3	8,35	43,5
Сок фруктовый	200	28,94	1		20,2	84,8						
Кондитерское изделие	40	16,41	1,1	1,76	13,25	73,18						
Итого		97,44						60,00				
Итого на завтрак			16,64	17,34	103,01	654,84			16	19,44	80,12	564,21
Обед						5-11 классы						
1-4 классы						5-11 классы						
Салат из свежих помидор и огурцов	60	12,1	0,96	0	1,8	13	100	13,8	0,96	0	1,8	13
Суп картофельный с бобовыми (горох)	200	10,5	2,2	2,95	14,7	94,25	250	11,8	2,2	2,95	14,7	94,25
Рыба припущенная с овощами в молоке	90	45,88	11,75	13,28	8,02	196,5	100	37,03	11,75	13,28	8,02	196,5
Картофельное пюре	150	9,74	2,75	5,99	15,87	130,5	180	10,2	2,75	5,99	15,87	130,5
Компот из яблок	200	12,5	0,78	0,046	27,63	114,8						
Батон нарезной	50	4,2	3	1,16	20,6	104,8	40	6,15	3	1,16	15,2	62
Хлеб ржаной	30	2,52	1,98	0,36	10,02	52,2	30	3,5	1,98	0,36	20,6	104,8
Чай с сахаром и лимоном							200	2,52	0,13	0,02	10,02	52,2
Итого		97,44										
Итого за обед			23,42	23,786	98,64	706,05			22,77	23,76	86,21	653,25
Свободный выбор												
Холодное блюдо												
Салат Витаминный	100		15,00				100		15,00			
Морковь с сахаром	100		5,00				100		5,00			
I блюдо												
Суп рисовый	250		10,00				250		10,00			
II блюдо												
Тефтели из говядины	90		37,00				90		37,00			
III блюдо												
Сок	1/200		35,00				1/200		35,00			
IV блюдо												
Макаронны отварные	150		12,00				150		12,00			
Рис отварной	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 _____ *Пятаева*