

ИП Пятаева Т.О.
Меню по столовой МБОУ СОШ № 28 г. Пензы им. В.О. Ключевского
на 9 сентября 2024 год

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



Завтрак	Наименование блюда	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углевод	Энергетическая ценность
	Каша вязкая молочная пшенная	200/10	26,57	6,48	8,3	0,73	264	150/7,5	25,08	8,18	12,8	42,46	318
	Чай с сахаром	180	4,38	0,04	0,02	14,63	58,5	200	4,92	0,26	0,05	15,22	59
	Сок фруктовый	200	30,49	1	0,2	20,2	84,8						
	Хлеб ржаной	25	2,29	1,65	0,3	8,35	58	25	2,29	1,65	0,3	8,35	43,5
	Бутерброд с сыром	15/30	17,3	5,22	7,47	13,35	141,3	15/30	17,3	5,76	5,25	14,94	133
	Кондитерское изделие	40	16,41	1,1	1,76	13,25	73,18	40	10,41	1,1	1,76	13,25	73,18
	Итого		97,44						60,00				
	Итого на завтрак			15,49	18,05	110,51	679,78			16,95	20,16	94,22	626,68
	Обед												
	Огурец свежий	60	10,8	0,96	6,06	1,8	65,4	100	11,8	0,96	6,06	1,8	65,4
	Рассольник Ленинградский	200	9,5	5,8	7,62	12,5	142	250	10,9	5,8	7,62	12,5	142
	Сметана	10	5,1	0,25	2	0,35	2,5	10	5,1	0,25	2	0,35	2,5
	Рыба тушеная в томате с овощами	90	49,32	27,3	8,1	33,2	314,6	100	33,78	27,3	8,1	33,2	314,6
	Рис отварной	150	9,8	3,67	5,42	36,67	210,11	180	10,5				
	Чай с сахаром и лимоном	200	6,9	0,6	0,2	15,2	65,3	200	6,9	0,6	0,2	15,2	65,3
	Хлеб ржаной	30	2,52	1,98	0,36	10,02	52,2	30	2,52	1,98	0,36	10,02	52,2
	Батон нарезной	40	3,5	3	1,16	20,6	104,8	40	3,5	3	1,16	20,6	104,8
	Итого		97,44						85,00				
	Итого за обед			43,56	30,92	130,34	956,91			39,89	25,5	93,67	746,8

Зав. производством _____

Шарёв