ИП Пятаева Т.О.
Меню по столовой МБОУ СОШ № 28 г. Пензы им. В.О. Ключевского
на 3 октября 2024 год

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

Завтрак												
Наименование блюд	**Выход**	**Цена**	**Белки**	**Жиры**	**Углеводы**	**Энергетическая ценность**	**Выход**	**Цена**	**Белки**	**Жиры**	**Углеводы**	**Энергетическая ценность**
	1-4 классы						**5-11 классы**					
Каша рисовая жидкая	150/7,5/7.5	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	**1-4 классы**						**5-11 классы**					
Салат из свежих помидор и огурцов	60	9,1	0,96	0	1,8	13	100	11.8	0,96	0	1.8	13
Суп картофельный с горохом и курицей	200	21,63	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	37.48	11,75	13,28	8.02	196,5	100	41.15	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						
Хлеб ржаной	30	2.52	1,98	0,36	10.02	52,2	40	3,9	1,98	0.36	10.02	52.2
Чай с сахаром и лимоном							200/10/10	6.15	0,13	0.02	15.2	62
Итого		**97,44**					**85**					
Итого за обед			**23.42**	**23,786**	**98,64**	**706,05**			**19,77**	**22,6**	**65,61**	**548,45**

Свободный выбор				
Холодное блюдо				
Салат из свежей капусты	100	12,00	100	12,00
I блюдо				
Щи из свежей капусты	250	12,00	250	12.00
II блюдо				
Тефтели из говядины	90	45,00	90	45,00
III блюдо				
Сок	1/200	35,00	1/200	35,00
IV блюдо				
Рис отварной	150	12,00	150	12,00
Макароны отварные	150	9,00	150	9,00
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 _____