



# МЕНЮ

ООО «Экспресс-сервис»

Столовая МБОУ «СОШ № 28»

Дата « 29 » АПРЕЛЯ 2025 г.

| ТТК | <u>БЛЮДО</u><br>состав                                                | <u>ВЫХОД</u><br>гр. | <u>БЕЛКИ</u> | <u>ЖИРЫ</u> | <u>УГЛЕВОДЫ</u> | <u>ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ</u><br>ЦЕННОСТЬ<br>ккал | <u>ЦЕНА</u><br>руб |
|-----|-----------------------------------------------------------------------|---------------------|--------------|-------------|-----------------|-------------------------------------------|--------------------|
|     | <b>ЗАВТРАК 81-00</b>                                                  |                     |              |             |                 |                                           |                    |
| 72  | Салат Зимний                                                          | 53,7                | 2,16         | 6,62        | 4,80            | 85,93                                     | 15-35              |
| 271 | Котлета домашняя                                                      | 50                  | 2,91         | 7,17        | 6,41            | 101,53                                    | 33-54              |
| 97  | Макароны отварные                                                     | 150                 | 5,45         | 4,23        | 35,10           | 199,76                                    | 22-23              |
| 686 | Чай с лимоном                                                         | 200/7               | 0,24         | 0,05        | 14,07           | 55,70                                     | 6-26               |
| 2   | Батон школьный                                                        | 50                  | 4,29         | 1,91        | 29,18           | 150,45                                    | 3-62               |
|     |                                                                       |                     |              |             |                 |                                           |                    |
|     |                                                                       |                     |              |             |                 |                                           |                    |
|     | <b>ОБЕД 121-50</b>                                                    |                     |              |             |                 |                                           |                    |
| 132 | Рассольник Ленинградский                                              | 210                 | 1,82         | 3,34        | 14,45           | 93,64                                     | 23-73              |
| 252 | Сметана                                                               | 20                  | 0,49         | 3,92        | 0,67            | 40,24                                     | 8-48               |
| 4   | Котлета Волна (филе кур.,рис)                                         | 90                  | 17,33        | 6,05        | 13,34           | 176,44                                    | 63-10              |
| 514 | Горох отварной                                                        | 150                 | 14,50        | 6,91        | 41,67           | 273,95                                    | 18-39              |
| 2   | Батон школьный                                                        | 68,1                | 5,84         | 2,60        | 39,75           | 204,92                                    | 4-93               |
| 685 | Чай с сахаром                                                         | 200                 | 0,18         | 0,04        | 13,76           | 53,23                                     | 2-87               |
|     |                                                                       |                     |              |             |                 |                                           |                    |
|     |                                                                       |                     |              |             |                 |                                           |                    |
|     | <b>БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ 81-00</b><br>(тжс,многодетные,малообеспеч.,овз) |                     |              |             |                 |                                           |                    |
| 72  | Салат Зимний                                                          | 53,7                | 2,16         | 6,62        | 4,80            | 85,93                                     | 15-35              |
| 271 | Котлета домашняя                                                      | 50                  | 2,91         | 7,17        | 6,41            | 101,53                                    | 33-54              |
| 97  | Макароны отварные                                                     | 150                 | 5,45         | 4,23        | 35,10           | 199,76                                    | 22-23              |
| 686 | Чай с лимоном                                                         | 200/7               | 0,24         | 0,05        | 14,07           | 55,70                                     | 6-26               |
| 2   | Батон школьный                                                        | 50                  | 4,29         | 1,91        | 29,18           | 150,45                                    | 3-62               |
|     |                                                                       |                     |              |             |                 |                                           |                    |
|     |                                                                       |                     |              |             |                 |                                           |                    |
|     | <b>БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ с 1-4 кл 144-12</b>                             |                     |              |             |                 |                                           |                    |
| 132 | Рассольник Ленинградский                                              | 210                 | 1,82         | 3,34        | 14,45           | 93,64                                     | 23-73              |
| 252 | Сметана                                                               | 20                  | 0,49         | 3,92        | 0,67            | 40,24                                     | 8-48               |
| 4   | Котлета Волна (филе кур.,рис)                                         | 90                  | 17,33        | 6,05        | 13,34           | 176,44                                    | 63-10              |
| 514 | Горох отварной                                                        | 150                 | 14,50        | 6,91        | 41,67           | 273,95                                    | 18-39              |
| 2   | Батон школьный                                                        | 68,1                | 5,84         | 2,60        | 39,75           | 204,92                                    | 4-93               |
| 685 | Чай с сахаром                                                         | 200                 | 0,18         | 0,04        | 13,76           | 53,23                                     | 2-87               |
|     |                                                                       |                     |              |             |                 |                                           |                    |
| 685 | Чай с сахаром                                                         | 200                 | 0,18         | 0,04        | 13,76           | 53,23                                     | 2-87               |
| 738 | Пирожок с яйцом                                                       | 75                  | 7,00         | 6,40        | 24,10           | 186                                       | 19-75              |
|     |                                                                       |                     |              |             |                 |                                           |                    |
|     | <b>ПРОДЛЕНКА 60-00</b>                                                |                     |              |             |                 |                                           |                    |
| 302 | Каша рисовая на молоке                                                | 150/5               | 5,7          | 6,8         | 39,6            | 246                                       | 24-45              |
| 738 | Пирожок с мясом и рисом                                               | 75                  | 8,9          | 4,0         | 25,81           | 179                                       | 29-06              |
| 2   | Батон школьный                                                        | 50                  | 4,29         | 1,91        | 29,18           | 150,45                                    | 3-62               |
| 685 | Чай с сахаром                                                         | 200                 | 0,18         | 0,04        | 13,76           | 53,23                                     | 2-87               |

|     |                                   |       |       |      |       |        |       |
|-----|-----------------------------------|-------|-------|------|-------|--------|-------|
|     | БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ с 5-9кл 157-68 |       |       |      |       |        |       |
| 132 | Рассольник Ленинградский          | 210   | 1,82  | 3,34 | 14,45 | 93,64  | 23-73 |
| 252 | Сметана                           | 20    | 0,49  | 3,92 | 0,67  | 40,24  | 8-48  |
| 4   | Котлета Волна (филе кур.,рис)     | 90    | 17,33 | 6,05 | 13,34 | 176,44 | 63-10 |
| 514 | Горох отварной                    | 150   | 14,50 | 6,91 | 41,67 | 273,95 | 18-39 |
| 2   | Батон школьный                    | 68,1  | 5,84  | 2,60 | 39,75 | 204,92 | 4-93  |
| 685 | Чай с сахаром                     | 200   | 0,18  | 0,04 | 13,76 | 53,23  | 2-87  |
|     |                                   |       |       |      |       |        |       |
| 302 | Каша рисовая на молоке            | 150/5 | 5,35  | 6,61 | 33,21 | 212,45 | 24-45 |
| 773 | Булочка Веснушка (с изюмом)       | 93    | 7,25  | 6,51 | 51,13 | 301,46 | 8-86  |
| 685 | Чай с сахаром                     | 200   | 0,18  | 0,04 | 13,76 | 53,23  | 2-87  |
|     |                                   |       |       |      |       |        |       |
|     | ПИТАНИЕ СПОРТСМЕНОВ 160-00        |       |       |      |       |        |       |
| 132 | Рассольник Ленинградский          | 210   | 1,82  | 3,34 | 14,45 | 93,64  | 23-73 |
| 252 | Сметана                           | 20    | 0,49  | 3,92 | 0,67  | 40,24  | 8-48  |
| 4   | Котлета Волна (филе кур.,рис)     | 90    | 17,33 | 6,05 | 13,34 | 176,44 | 63-10 |
| 514 | Горох отварной                    | 150   | 14,50 | 6,91 | 41,67 | 273,95 | 18-39 |
| 2   | Батон школьный                    | 68,1  | 5,84  | 2,60 | 39,75 | 204,92 | 4-93  |
| 685 | Чай с сахаром                     | 200   | 0,18  | 0,04 | 13,76 | 53,23  | 2-87  |
|     |                                   |       |       |      |       |        |       |
| 685 | Чай с сахаром                     | 200   | 0,18  | 0,04 | 13,76 | 53,23  | 2-87  |
| 747 | Сосиска в тесте                   | 1/50  | 9,3   | 9,5  | 28,23 | 240    | 42-04 |
|     |                                   |       |       |      |       |        |       |
| 302 | Каша рисовая на молоке            | 150/5 | 5,35  | 6,61 | 33,21 | 212,45 | 24-45 |
| 773 | Булочка Веснушка (с изюмом)       | 93    | 7,25  | 6,51 | 51,13 | 301,46 | 8-90  |
| 685 | Чай с сахаром                     | 200   | 0,18  | 0,04 | 13,76 | 53,23  | 2-87  |
| 2   | Батон школьный                    | 32    | 2,75  | 1,22 | 18,67 | 96,29  | 2-28  |
|     |                                   |       |       |      |       |        |       |
|     | КОМПЛЕКС 100-00                   |       |       |      |       |        |       |
| 13  | Салат из свеж.капусты             | 62    | 0,93  | 2,79 | 5,27  | 51,46  | 8-18  |
| 4   | Котлета Волна (филе,рис)          | 90    | 17,33 | 6,05 | 13,34 | 176,44 | 63-10 |
| 97  | Макароны отварные                 | 150   | 5,45  | 4,23 | 35,10 | 199,76 | 22-23 |
| 685 | Чай с сахаром                     | 200   | 0,18  | 0,04 | 13,76 | 53,23  | 2-87  |
| 2   | Батон школьный                    | 50    | 4,29  | 1,91 | 29,18 | 150,45 | 3-62  |
|     |                                   |       |       |      |       |        |       |
|     |                                   |       |       |      |       |        |       |



Директор

ВАРЛАМОВА Е.В.

зав. производством

ГЛЕБОВА С.В.





# МЕНЮ

ООО «Экспресс-сервис»

Столовая МБОУ «СОШ № 28»

Дата « 29 » АПРЕЛЯ 2025 г.

| ГТК | БЛЮДО<br>состав                        | ВЫХОД<br>гр. | БЕЛКИ | ЖИРЫ | УГЛЕВОДЫ | ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ<br>ЦЕННОСТЬ<br>ккал | ЦЕНА,<br>руб |
|-----|----------------------------------------|--------------|-------|------|----------|------------------------------------|--------------|
|     | <b>САЛАТЫ</b>                          |              |       |      |          |                                    |              |
| 28  | Салат Мимоза                           | 100          | 9,2   | 20,7 | 4,13     | 242                                | 48-50        |
| 13  | Салат из свежей капусты с раст.масл.   | 100          | 1,5   | 4,5  | 8,5      | 83                                 | 13-20        |
| 72  | Салат Зимний с раст.маслом и сол.ог.   | 100          | 4,1   | 17,2 | 7,8      | 203                                | 28-61        |
|     |                                        |              |       |      |          |                                    |              |
|     | <b>ПЕРВОЕ</b>                          |              |       |      |          |                                    |              |
| 132 | Рассольник Ленинградский с кур., смет. | 250/12,2/10  | 5,92  | 6,72 | 15,57    | 151,16                             | 40-71        |
|     |                                        |              |       |      |          |                                    |              |
|     |                                        |              |       |      |          |                                    |              |
|     | <b>ВТОРЫЕ</b>                          |              |       |      |          |                                    |              |
| 97  | Макароны отварные                      | 150          | 5,45  | 4,23 | 35,10    | 199,76                             | 22-23        |
| 514 | Горох отварной                         | 150          | 14,50 | 6,91 | 41,67    | 273,95                             | 18-39        |
| 522 | Картофель запеченный                   | 150          | 2,7   | 9,3  | 21,5     | 187                                | 27-40        |
| 510 | Каша гречневая вязкая                  | 150          | 4,47  | 4,94 | 23,28    | 149,48                             | 15-94        |
|     |                                        |              |       |      |          |                                    |              |
|     |                                        |              |       |      |          |                                    |              |
|     | <b>ВТОРЫЕ</b>                          |              |       |      |          |                                    |              |
| 271 | Котлета домашняя                       | 50           | 2,91  | 7,17 | 6,41     | 101,53                             | 33-54        |
| 4   | Котлета Волна (кур.филе,рис)           | 90           | 17,33 | 6,05 | 13,34    | 176,44                             | 63-10        |
| 155 | Гуляш куринный                         | 50/50        | 13,24 | 5,38 | 4,78     | 119,90                             | 51-90        |
| 430 | Печень запеченная с луком              | 50/10        | 12,7  | 8,7  | 3,99     | 146                                | 40-20        |
| 79  | Рыба тушеная с овощами                 | 50/50        | 12,3  | 7,9  | 2,4      | 130                                | 83-32        |
| 436 | Жаркое по домашнему                    | 50/100       | 10,3  | 5,6  | 1,6      | 153                                | 89-40        |
|     |                                        |              |       |      |          |                                    |              |
|     |                                        |              |       |      |          |                                    |              |
|     | <b>ВЫПЕЧКА</b>                         |              |       |      |          |                                    |              |
| 738 | Пирожок с яйцом                        | 75           | 7,0   | 6,4  | 24,1     | 186                                | 20-09        |
| 747 | Сосиска в тесте                        | 1/50         | 9,3   | 9,5  | 28,23    | 240                                | 42-04        |
| 17  | Сдоба с повидлом                       | 100          | 6,3   | 3,5  | 51,0     | 266                                | 10-68        |
| 695 | Ватрушка с творогом                    | 75           | 9,8   | 2,5  | 26,7     | 173                                | 20-72        |
|     |                                        |              |       |      |          |                                    |              |
|     |                                        |              |       |      |          |                                    |              |



Директор

ВАРЛАМОВА Е.В.

зав. производством

ГЛЕБОВА С.В.

