



МЕНЮ

ООО «Экспресс-сервис»

Столовая МБОУ «СОШ № 28»

Дата « 3 » ДЕКАБРЯ 2024 г.

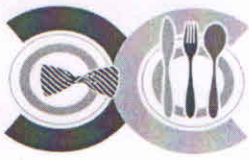
ГТК	БЛЮДО состав	ВЫХОД гр.	БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ	ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ ккал	ЦЕНА, руб
	ЗАВТРАК 75-00						
13	Салат из свеж.капусты	81,3	1,24	4,05	8,93	73,41	6-83
271	Котлета домашняя	55	3,20	7,88	7,05	111,68	34-30
97	Макароны отварные	150	5,45	4,23	35,10	199,76	22-23
147	Чай с молоком	200	1,55	1,14	15,94	77,03	8-21
2	Батон школьный	50	4,29	1,91	29,18	150,45	3-43
	ОБЕД 112-50						
132	Рассольник Ленинградский	250	2,17	3,97	17,20	111,47	22-95
252	Сметана	10	0,25	1,96	0,33	20,12	4-24
4	Котлета Волна (филе кур.,рис)	90	17,33	6,05	13,34	176,44	59-67
514	Горох отварной	150	14,50	6,91	41,67	273,95	18-39
2	Батон школьный	69	5,91	2,63	40,25	207,51	4-73
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	2-22
	БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ 75-00 (тжс,многодетные,малообеспеченные)						
13	Салат из свеж.капусты	81,3	1,24	4,05	8,93	73,41	6-83
271	Котлета домашняя	55	3,20	7,88	7,05	111,68	34-30
97	Макароны отварные	150	5,45	4,23	35,10	199,76	22-23
147	Чай с молоком	200	1,55	1,14	15,94	77,03	8-21
2	Батон школьный	50	4,29	1,91	29,18	150,45	3-43
	БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ с 1-4 кл 133-44						
132	Рассольник Ленинградский	250	2,17	3,97	17,20	111,47	22-95
252	Сметана	10	0,25	1,96	0,33	20,12	4-24
4	Котлета Волна (филе кур.,рис)	90	17,33	6,05	13,34	176,44	59-67
514	Горох отварной	150	14,50	6,91	41,67	273,95	18-39
2	Батон школьный	69	5,91	2,63	40,25	207,51	4-73
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	2-22
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	2-72
738	Пирожок с яйцом	81	7,55	6,91	26,02	200,88	18-22
	ПРОДЛЕНКА 60-00						
302	Каша рисовая на молоке	150/5	5,7	6,8	39,6	246	24-09
738	Пирожок печененый с мясом и рисом	75	8,9	4,0	25,81	179	26-63
2	Батон школьный	61	5,23	2,33	35,59	183,54	4-18
686	Чай с лимоном	200/7	0,24	0,05	14,07	55,70	5-10

БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ с 5-9кл 146-00							
132	Рассольник Ленинградский	250	2,17	3,97	17,20	111,47	22-95
252	Сметана	10	0,25	1,96	0,33	20,12	4-24
4	Котлета Волна (филе кур.,рис)	90	17,33	6,05	13,34	176,44	59-67
514	Горох отварной	150	14,50	6,91	41,67	273,95	18-39
2	Батон школьный	69	5,91	2,63	40,25	207,51	4-73
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	2-22
302	Каша рисовая на молоке	150/5	5,35	6,61	33,21	212,45	24-09
773	Булочка Веснушка (с изюмом)	74	5,77	5,18	39,66	233,84	6-69
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	2-72
ПИТАНИЕ СПОРТСМЕНОВ 160-00							
132	Рассольник Ленинградский	250	2,17	3,97	17,20	111,47	22-95
252	Сметана	10	0,25	1,96	0,33	20,12	4-24
4	Котлета Волна (филе кур.,рис)	90	17,33	6,05	13,34	176,44	59-67
514	Горох отварной	150	14,50	6,91	41,67	273,95	18-39
2	Батон школьный	69	5,91	2,63	40,25	207,51	4-73
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	2-22
153	Компот из сухофруктов	200	1,22	0,07	34,54	130,71	8-43
747	Сосиска в тесте	1/50	9,3	9,5	28,23	240	39-16
Хоккеисты							
302	Каша рисовая на молоке	200/5	5,7	6,8	39,6	246	32-12
17	Сдоба с повидлом	100	6,3	3,5	51,0	266	10-20
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	2-72
2	Батон школьный	36	3,08	1,37	21,00	108,32	2-46
КОМПЛЕКС 100-00							
13	Салат из свеж.капусты	81,3	1,24	4,05	8,93	73,41	6-83
4	Котлета Волна (филе,рис)	90	17,33	6,05	13,34	176,44	59-67
97	Макароны отварные	150	5,45	4,23	35,10	199,76	22-23
153	Компот из сухофруктов	200	1,22	0,07	34,54	130,71	8-43
2	Батон школьный	42	3,60	1,60	23,92	123,36	2-84

Директор _____ ВАРЛАМОВА Е.В.

Зав. производством _____ ГЛЕБОВА С.В.





МЕНЮ

ООО «Экспресс-сервис»

Столовая МБОУ «СОШ № 28»

Дата « 3 » ДЕКАБРЯ 2024 г.

ТТК	<u>БЛЮДО</u> <i>состав</i>	<i>ВЫХОД</i> <i>гр.</i>	<i>БЕЛКИ</i>	<i>ЖИРЫ</i>	<i>УГЛЕВОДЫ</i>	<i>ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ</i> <i>ЦЕННОСТЬ</i> <i>ккал</i>	<i>ЦЕНА,</i> <i>руб</i>
	САЛАТЫ						
28	Салат Мимоза	100	9,2	20,7	4,13	242	43-01
13	Салат из свежей капусты с раст.масл.	100	1,5	4,5	8,5	83	8-40
3	Салат из свежих огурцов и помидор	100	0,9	4,5	3,0	59	39-14
	ПЕРВОЕ						
132	Рассольник Ленинградский с кур., смет.	250/12,2/10	5,92	6,72	15,57	151,16	35-91
	ВТОРЫЕ						
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	16-75
510	Каша гречневая вязкая	150	4,47	4,94	23,28	149,48	15-94
	ВТОРЫЕ						
271	Котлета домашняя	55	3,20	7,88	7,05	111,68	34-30
4	Котлета Волна (кур.филе,рис)	90	17,33	6,05	13,34	176,44	59-67
155	Гуляш куринный	50/50	16,4	5,4	1,8	122,0	49-87
430	Печень запеченная с луком	50/10	12,7	8,7	3,99	146	37-22
79	Рыба с овощами	50/50	12,3	7,9	2,4	130	78-84
	ВЫПЕЧКА						
738	Пирожок с яйцом	75	7,0	6,4	24,1	186	17-03
747	Сосиска в тесте	1/50	9,3	9,5	28,23	240	39-16
17	Сдоба с повидлом	100	6,3	3,5	51,0	266	10-20
695	Ватрушка с творогом	75	9,8	2,5	26,7	173	20-13

Директор  ВАРЛАМОВА Е.В.

Зав. производством ПЛЕБОВА С.В.

