



МЕНЮ

ООО «Экспресс-сервис»

Столовая МБОУ «СОШ № 28»

Дата « 4 » ДЕКАБРЯ 2024 г.

ГТК	<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>
	ЗАВТРАК 75-00						
3	Салат из св.помидор и огурцов	40	0,35	1,81	1,63	23,58	15-65
244	Голубцы Нежность	50/25	5,29	2,34	5,38	62,39	23-53
92	Картофельная пюре	150	3,09	5,31	21,58	145,34	28-14
2	Батон школьный	72,3	6,20	2,76	42,20	217,59	4-96
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	2-72
	ОБЕД 112-50						
46	Суп картофельный с макарон.изд.	200	2,14	1,77	16,28	88,31	12-99
197	Окорочок куриный (1 блюда)	12,5	3,60	1,74	0,00	30,10	11-04
76	Котлета Загадка (свинина)	90	11,43	22,35	10,21	286,74	56-35
534	Капуста тушеная	150	3,36	4,03	17,08	110,61	25-05
2	Батон школьный	63,4	5,44	2,42	37,01	190,84	4-35
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	2-72
	БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ 75-00 (тжс,многодетные,малообеспеченные)						
3	Салат из св.помидор и огурцов	40	0,35	1,81	1,63	23,58	15-65
244	Голубцы Нежность	50/25	5,29	2,34	5,38	62,39	23-53
92	Картофельная пюре	150	3,09	5,31	21,58	145,34	28-14
2	Батон школьный	72,3	6,20	2,76	42,20	217,59	4-96
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	2-72
	БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ с 1-4 кл 133-44						
46	Суп картофельный с макарон.изд.	200	2,14	1,77	16,28	88,31	12-99
197	Окорочок куриный (1 блюда)	12,5	3,60	1,74	0,00	30,10	11-04
76	Котлета Загадка (свинина)	90	11,43	22,35	10,21	286,74	56-35
534	Капуста тушеная	150	3,36	4,03	17,08	110,61	25-05
2	Батон школьный	63,4	5,44	2,42	37,01	190,84	4-35
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	2-72
738	Пирожок печеный с картоф.и мясом	84	6,94	3,69	28,88	181,44	15-84
686	Чай с лимоном	200/7	0,24	0,05	14,07	55,70	5-10
	ПРОДЛЕНКА 60-00						
302	Каша пшеничная молочная	200/5	5,7	6,8	39,6	246	34-49
416	Ватрушка с сыром	53	6,36	6,57	14,42	145,22	21-08
2	Батон школьный	25	2,14	0,95	14,59	75,22	1-71
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	2-72

БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ с 5-9кл 146-00							
46	Суп картофельный с макарон.изд.	200	2,14	1,77	16,28	88,31	12-99
197	Окорочок куриный (1 блюда)	12,5	3,60	1,74	0,00	30,10	11-04
76	Котлета Загадка (свинина)	90	11,43	22,35	10,21	286,74	56-35
534	Капуста тушеная	150	3,36	4,03	17,08	110,61	25-05
2	Батон школьный	63,4	5,44	2,42	37,01	190,84	4-35
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	2-72
416	Ватрушка с сыром	75	9,00	9,30	20,40	205,5	30-78
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	2-72
ПИТАНИЕ СПОРТСМЕНОВ 160-00							
46	Суп картофельный с макарон.изд.	200	2,14	1,77	16,28	88,31	12-99
197	Окорочок куриный (1 блюда)	12,5	3,60	1,74	0,00	30,10	11-04
76	Котлета Загадка (свинина)	90	11,43	22,35	10,21	286,74	56-35
534	Капуста тушеная	150	3,36	4,03	17,08	110,61	25-05
2	Батон школьный	63,4	5,44	2,42	37,01	190,84	4-35
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	2-72
686	Чай с лимоном	200/7	0,24	0,05	14,07	55,70	5-10
416	Ватрушка с сыром	104	12,48	12,89	28,28	284,96	42-40
Спорт.завтрак							
302	Каша пшеничная молочная	200/5	5,7	6,8	39,6	246	34-49
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	2-72
2	Батон школьный	25	2,14	0,95	14,59	75,22	1-71
767	Булочка ванильная	83	6,55	7,05	48,22	284,69	8-58
КОМПЛЕКС 100-00							
71	Овощи натур.свежие (св.огурец)	24	0,15	1,87	0,85	20,43	9-36
76	Котлета Загадка (свинина)	90	11,43	22,35	10,21	286,74	56-35
92	Картофельная пюре	150	3,09	5,31	21,58	145,34	28-14
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	2-72
2	Батон школьный	50	4,29	1,91	29,18	150,45	3-43

Директор

ВАРЛАМОВА Е.В.

Зав. производством

ГЛЕБОВА С.В.





МЕНЮ

ООО «Экспресс-сервис»

Столовая МБОУ «СОШ № 28»

Дата « 4 » ДЕКАБРЯ 2024 г.

ТТК	БЛЮДО состав	ВЫХОД гр.	БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ	ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ ккал	ЦЕНА, руб
	САЛАТЫ						
30	Винегрет овощной	100	1,2	8,9	4,9	108	16-78
107	Салат «Остренькие крабы» (краб,п,яйц,помид)	100	4,0	11,9	1,8	131	44-93
230	Салат Теплый (кур,гриб,карт,яйц,капу,май.)	100	6,2	21,4	4,8	239	46-24
	ПЕРВОЕ						
46	Суп картофельный с макар.изд.	250/12,5	6,27	3,95	20,35	140,49	27-28
	ВТОРОЕ						
244	Голубцы Нежность	50/25	5,29	2,34	5,38	62,39	23-53
76	Котлета Загадка (свинина ,картоф.)	90	11,43	22,35	10,21	286,74	56-35
80	Мясо по -Албански	75	14,2	6,0	2,35	121,0	59-67
385	Рыба Аппетитная (с капустой)	150	14,5	19,4	9,7	277	116-96
64	Печень по-страгоновски	50/50	15,2	21,8	3,02	270	44-13
	ГАРНИРЫ						
92	Картофельное пюре	150	3,09	5,31	21,58	145,34	28-14
534	Капуста тушеная	150	3,36	4,03	17,08	110,61	25-05
97	Макарены отварные	150	5,45	4,23	35,10	199,76	22-23
510	Каша пшениная вязкая	150	4,08	4,94	23,89	155,94	12-93
	ВЫПЕЧКА						
738	Пирожок с мясом	75	9,9	3,8	24,3	175	31-52
739	Слойка с изюмом	75	4,0	16,6	23,44	261	30-15
416	Ватрушка с сыром	100	12,0	12,4	27,2	274	41-13
18	Плюшка Московская	100	9,2	11,9	64,78	410	13-99

Директор

ВАРЛАМОВА Е.В.

Зав. производством

ГЛЕБОВА С.В.

