



# МЕНЮ

ООО «Экспресс-сервис»

Столовая МБОУ «СОШ № 28»

Дата « 5 » АПРЕЛЯ 2024 г.

ТТК	<u>БЛЮДО</u> состав	ВЫХОД гр.	БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ	ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ ккал	ЦЕНА, руб
	<b>ЗАВТРАК 72-00</b>						
72	Салат Зимний со св.огурцом	60,32	2,43	7,44	5,46	96,84	18-04
268	Котлета из свинины	50	6,62	12,02	8,63	168,94	34-05
173	Каша пшеничная вязкая	150	4,28	8,56	31,76	219,27	13-37
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	3-00
2	Батон школьный	50	4,29	1,91	29,18	150,45	3-54
	<b>ОБЕД 108-00</b>						
39	Борщ из св.капусты с картофелем	250	1,67	3,80	13,44	90,60	14-77
197	Окорочок куриный ( 1 блюдо)	12,5	3,60	1,74	0,00	30,10	11-04
252	Сметана	5	0,12	0,98	0,17	10,06	1-80
388	Котлета рыбная (горбуша)	90	13,85	10,05	12,99	197,54	41-86
92	Картофельное пюре	150	3,09	5,31	21,58	145,34	18-89
631	Компот из яблок	200	0,15	0,14	26,02	100,61	16-28
2	Батон школьный	47,46	4,07	1,81	27,70	142,81	3-36
	<b>БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ 72-00</b> (тжс,многодетные,малообеспеченные)*						
72	Салат Зимний со св.огурцом	60,32	2,43	7,44	5,46	96,84	18-04
268	Котлета из свинины	50	6,62	12,02	8,63	168,94	34-05
173	Каша пшеничная вязкая	150	4,28	8,56	31,76	219,27	13-37
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	3-00
2	Батон школьный	50	4,29	1,91	29,18	150,45	3-54
	<b>БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ с 1-4 кл 128-12</b>						
39	Борщ из св.капусты с картофелем	250	1,67	3,80	13,44	90,60	14-77
197	Окорочок куриный ( 1 блюдо)	12,5	3,60	1,74	0,00	30,10	11-04
252	Сметана	5	0,12	0,98	0,17	10,06	1-80
388	Котлета рыбная (горбуша)	90	13,85	10,05	12,99	197,54	41-86
92	Картофельное пюре	150	3,09	5,31	21,58	145,34	18-89
631	Компот из яблок	200	0,15	0,14	26,02	100,61	16-28
2	Батон школьный	47,46	4,07	1,81	27,70	142,81	3-36
302	Каша овсяная молочная	150/5	5,3	5,1	27,5	180	14-88
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	3-00
2	Батон школьный	32	2,75	1,22	18,68	96,29	2-24
	<b>ПРОДЛЕНКА 50-00</b>						
302	Каша овсяная молочная	200/5	8,99	10,31	44,23	298,62	19-84
738	Пирожок с капустой и мясом	75	6,2	3,7	49,0	254	20-36
2	Батон школьный	59,2	5,08	2,26	34,55	178,13	4-18
686	Чай с лимоном	200/7	0,24	0,05	14,07	55,70	5-62

БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ с 5-9кл 140-17							
39	Борщ из св.капусты с картофелем	250	1,67	3,80	13,44	90,60	14-77
197	Окорочок куриный ( 1 блюдо)	12,5	3,60	1,74	0,00	30,10	11-04
252	Сметана	5	0,12	0,98	0,17	10,06	1-80
388	Котлета рыбная (горбуша)	90	13,85	10,05	12,99	197,54	41-86
92	Картофельное пюре	150	3,09	5,31	21,58	145,34	18-89
631	Компот из яблок	200	0,15	0,14	26,02	100,61	16-28
2	Батон школьный	47,46	4,07	1,81	27,70	142,81	3-36
302	Каша овсяная молочная	150/5	5,3	5,1	27,5	180	14-88
767	Булочка ванильная	100	7,9	8,5	58,1	343	11-34
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	3-00
2	Батон школьный	41,72	3,58	1,59	24,35	125,54	2-95
ПИТАНИЕ СПОРТСМЕНОВ 150-00							
39	Борщ из св.капусты с картофелем	250	1,67	3,80	13,44	90,60	14-77
197	Окорочок куриный ( 1 блюдо)	12,5	3,60	1,74	0,00	30,10	11-04
252	Сметана	5	0,12	0,98	0,17	10,06	1-80
388	Котлета рыбная (горбуша)	90	13,85	10,05	12,99	197,54	41-86
92	Картофельное пюре	150	3,09	5,31	21,58	145,34	18-89
631	Компот из яблок	200	0,15	0,14	26,02	100,61	16-28
2	Батон школьный	47,46	4,07	1,81	27,70	142,81	3-36
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	3-00
747	Сосиска в тесте	1/50	9,3	9,5	28,23	240	39-07
КОМПЛЕКС 90-00							
72	Салат Зимний со св.огурцом	67,80	2,78	11,66	5,29	137,63	20-27
388	Котлета рыбная (горбуша)	90	13,85	10,05	12,99	197,54	41-86
92	Картофельное пюре	150	3,09	5,31	21,58	145,34	18-89
686	Чай с лимоном	200/7	0,24	0,05	14,07	55,70	5-62
2	Батон школьный	47,46	4,07	1,81	27,70	142,81	3-36

Директор

ВАРЛАМОВА Е.В.

Зав. производством

ГЛЕБОВА С.В.





# МЕНЮ

ООО «Экспресс-сервис»

Столовая МБОУ «СОШ № 28»

Дата « 5 » АПРЕЛЯ 2024 г.

ТТК	БЛЮДО состав	ВЫХОД гр.	БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ	ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ ккал	ЦЕНА, руб
	<b>САЛАТЫ</b>						
28	Салат Мимоза	100	9,2	20,7	4,13	242	45-53
160	Салат из крабовых пал.с кукур,св.огур.	100	4,0	10,3	10,29	151	38-04
72	Салат Зимний со св.огурцом и маслом	100	4,1	17,2	7,8	203	29-91
	<b>ПЕРВОЕ</b>						
39	Борщ из св.капусты и картофелем	250/12,5/10	5,51	7,5	13,61	130,76	29-42
	<b>ВТОРОЕ</b>						
268	Котлета из свинины	50	6,62	12,02	8,63	168,94	34-05
388	Котлета рыбная (горбуша)	90	13,85	10,05	12,99	197,54	41-86
102	Отбивная из курин.филе с помидор.	75/30	21,3	11,3	3,84	204,0	101-79
25	Рыба по-королевски (сметана,сыр,лук)	50/25	15,1	11,4	2,9	176	55-14
439	Печень тушеная в соусе	50/50	13,4	15,5	3,4	208	37-93
50	Кур.филе фарш.яйцом « Галичанка»	125	19,9	11,3	1,96	191,0	93-00
	<b>ГАРНИРЫ</b>						
173	Каша пшеничная вязкая	150	4,28	8,56	31,76	219,27	13-37
92	Картофельное пюре	150	3,09	5,31	21,58	145,34	18-89
97	Макаронны отварные	150	5,45	4,23	35,10	199,76	17-76
333	Макаронны с сыром	150	8,3	7,9	27,3	220	29-08
510	Каша гречневая вязкая	150	4,47	4,94	23,28	149,48	10-53
	<b>ВЫПЕЧКА</b>						
738	Пирожок с капустой и мясом	75	6,2	3,7	49,0	254	20-36
16	Ватрушка с картофелем	100	2,7	9,6	10,5	140	23-58
17	Сдоба с повидлом	100	6,3	3,5	51,0	266	11-43
161	Слойка с вареной сгущенкой	75	27,0	11,0	29,6	326	38-12
747	Сосиска в тесте	1/50	9,3	9,5	28,23	240	39-07

Директор

ВАРЛАМОВА Е.В.

Зав. производством

ГЛЕБОВА С.В.

