

МЕНЮ

ООО «Экспресс-сервис»

Столовая МБОУ «СОШ № 28»

Дата « 5 » НОЯБРЯ 2024 г.

ТТК	БЛЮДО состав	ВЫХОД гр.	БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ	ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ ккал	ЦЕНА, руб
	ЗАВТРАК 75-00						
13	Салат из свеж.капусты	73,5	1,12	3,66	8,07	66,34	5-65
271	Котлета домашняя	60	3,49	8,60	7,69	121,83	37-28
97	Макароны отварные	150	5,45	4,23	35,10	199,76	20-73
147	Чай с молоком	200	1,55	1,14	15,94	77,03	7-94
2	Батон школьный	50	4,29	1,91	29,18	150,45	3-40
	ОБЕД 112-50						
3	Салат из свежих помидор и огурцов	60	0,52	2,71	2,44	35,37	14-40
132	Рассольник Ленинградский	250	2,17	3,97	17,20	111,47	19-95
4	Котлета Волна (филе,рис)	90	17,33	6,05	13,34	176,44	55-81
514	Горох отварной	150	14,50	6,91	41,67	273,95	16-35
2	Батон школьный	45,2	3,87	1,72	26,35	135,86	3-07
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	2-92
	БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ 75-00 (тжс,многодетные,малообеспеченные)						
13	Салат из свеж.капусты	73,5	1,12	3,66	8,07	66,34	5-65
271	Котлета домашняя	60	3,49	8,60	7,69	121,83	37-28
97	Макароны отварные	150	5,45	4,23	35,10	199,76	20-73
147	Чай с молоком	200	1,55	1,14	15,94	77,03	7-94
2	Батон школьный	50	4,29	1,91	29,18	150,45	3-40
	БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ с 1-4 кл 133-44						
3	Салат из свежих помидор и огурцов	60	0,52	2,71	2,44	35,37	14-40
132	Рассольник Ленинградский	250	2,17	3,97	17,20	111,47	19-95
4	Котлета Волна (филе,рис)	90	17,33	6,05	13,34	176,44	55-81
514	Горох отварной	150	14,50	6,91	41,67	273,95	16-35
2	Батон школьный	45,2	3,87	1,72	26,35	135,86	3-07
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	2-92
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	2-92
738	Пирожок с яйцом	80	7,50	6,83	25,71	198,4	18-02
	ПРОДЛЕНКА 60-00						
302	Каша рисовая на молоке	200/5	5,7	6,8	39,6	246	28-85
738	Пирожок печененый с мясом и рисом	75	8,9	4,0	25,81	179	26-48
2	Батон школьный	25,70	2,21	0,98	15,0	77,33	1-75
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	2-92

БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ с 5-9кл 146-00							
3	Салат из свежих помидор и огурцов	60	0,52	2,71	2,44	35,37	14-40
132	Рассольник Ленинградский	250	2,17	3,97	17,20	111,47	19-95
4	Котлета Волна (филе,рис)	90	17,33	6,05	13,34	176,44	55-81
514	Горох отварной	150	14,50	6,91	41,67	273,95	16-35
2	Батон школьный	45,2	3,87	1,72	26,35	135,86	3-07
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	2-92
302	Каша рисовая на молоке	150/5	5,35	6,61	33,21	212,45	21-64
738	Пирожок печеный с картофелем	75	4,7	3,2	27,2	161	6-94
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	2-92
2	Батон школьный	30	2,57	1,15	17,51	90,27	2-00
ПИТАНИЕ СПОРТСМЕНОВ 160-00							
3	Салат из свежих помидор и огурцов	60	0,52	2,71	2,44	35,37	14-40
132	Рассольник Ленинградский	250	2,17	3,97	17,20	111,47	19-95
4	Котлета Волна (филе,рис)	90	17,33	6,05	13,34	176,44	55-81
97	Макаронцы отварные	150	5,45	4,23	35,10	199,76	20-73
2	Батон школьный	61,50	5,28	2,35	35,89	185,05	4-19
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	2-92
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	2-92
747	Сосиска в тесте	1/50	9,3	9,5	28,23	240	39-08
Хоккеисты							
302	Каша рисовая на молоке	200/5	5,7	6,8	39,6	246	28-85
17	Сдоба с повидлом	100	6,3	3,5	51,0	266	10-13
686	Чай с лимоном	200/7	0,24	0,05	14,07	55,70	5-23
2	Батон школьный	48,3	4,14	1,85	28,19	145,33	3-29
КОМПЛЕКС 100-00							
132	Рассольник Ленинградский	200	1,74	3,18	13,76	89,18	15-96
4	Котлета Волна (филе,рис)	90	17,33	6,05	13,34	176,44	55-81
97	Макаронны отварные	150	5,45	4,23	35,10	199,76	20-73
686	Чай с лимоном	200/7	0,24	0,05	14,07	55,70	5-23
2	Батон школьный	34	2,72	1,30	19,84	102,31	2-27

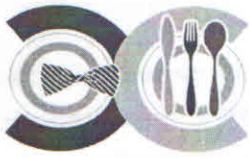
Директор

ВАРЛАМОВА Е.В.

Зав. производством

ПЛЕБОВА С.В.





МЕНЮ

ООО «Экспресс-сервис»

Столовая МБОУ «СОШ № 28»

Дата « 5 » НОЯБРЯ 2024 г.

ТТК	БЛЮДО состав	ВЫХОД гр.	БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ	ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ ккал	ЦЕНА, руб
	САЛАТЫ						
28	Салат Мимоза	100	9,2	20,7	4,13	242	42-32
13	Салат из свежей капусты с раст.масл.	100	1,5	4,5	8,5	83	7-83
3	Салат из свежих огурцов и помидор	100	0,9	4,5	3,0	59	27-27
	ПЕРВОЕ						
132	Рассольник Ленинградский с кур., смет.	250/12,2/10	5,92	6,72	15,57	151,16	35-72
	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 запеченый	150	2,7	9,3	21,5	187	16-64
510	Каша гречневая вязкая	150	4,47	4,94	23,28	149,48	15-94
	ВТОРЫЕ						
271	Котлета домашняя	60	3,49	8,60	7,69	121,83	37-28
4	Котлета Волна (кур.филе,рис)	90	17,33	6,05	13,34	176,44	55-98
155	Гуляш куринный	50/50	16,4	5,4	1,8	122,0	45-70
430	Печень запеченная с луком	50/10	12,7	8,7	3,99	146	36-94
79	Рыба с овощами	50/50	12,3	7,9	2,4	130	74-41
	ВЫПЕЧКА						
738	Пирожок с яйцом	75	7,0	6,4	24,1	186	17-00
747	Сосиска в тесте	1/50	9,3	9,5	28,23	240	39-15
17	Сдоба с повидлом	100	6,3	3,5	51,0	266	10-21
695	Ватрушка с творогом	75	9,8	2,5	26,7	173	19-81

Директор _____ ВАРЛАМОВА Е.В.

Зав. производством _____ ГЛЕБОВА С.В.

