

# МЕНЮ

ООО «Экспресс-сервис»

Столовая МБОУ «СОШ № 28»

Дата « 5 » ДЕКАБРЯ 2024 г.

ТТК	БЛЮДО состав	ВЫХОД гр.	БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ	ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ ккал	ЦЕНА. руб
	<b>ЗАВТРАК 75-00</b>						
250	Творожно-банановое суфле	64,4	7,67	4,92	15,02	133,13	36-45
152	Сгущенное молоко( соус)	10	0,68	0,75	5,05	28,75	4-68
302	Каша пшенная молочная	200	8,05	9,25	41,41	278,96	27-72
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
	<b>ОБЕД 112-50</b>						
138	Суп картофельный с горохом	220	4,46	3,68	18,48	120,57	15-62
197	Окорочок куриный ( 1 блюдо)	12,5	3,60	1,74	0,00	30,10	11-04
239	Котлета куриная	90	15,49	5,79	17,83	184,03	50-70
97	Макароны отварные	150	5,45	4,23	35,10	199,76	22-23
2	Батон школьный	65,3	5,60	2,49	38,12	196,52	4-48
153	Компот из сухофруктов	200	1,22	0,07	34,54	130,71	8-43
	<b>БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ 75-00 (тжс,многодетные,малообеспеченные)</b>						
138	Суп картофельный с горохом	220	4,46	3,68	18,48	120,57	15-62
239	Котлета куриная	50	8,61	3,21	9,90	102,24	28-17
97	Макароны отварные	150	5,45	4,23	35,10	199,76	22-23
2	Батон школьный	57	4,89	2,17	33,26	171,51	3-88
686	Чай с лимоном	200/7	0,24	0,05	14,07	55,70	5-10
	<b>БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ с 1-4 кл 133-44</b>						
138	Суп картофельный с горохом	220	4,46	3,68	18,48	120,57	15-62
197	Окорочок куриный ( 1 блюдо)	12,5	3,60	1,74	0,00	30,10	11-04
239	Котлета куриная	90	15,49	5,79	17,83	184,03	50-70
97	Макароны отварные	150	5,45	4,23	35,10	199,76	22-23
2	Батон школьный	65,3	5,60	2,49	38,12	196,52	4-48
153	Компот из сухофруктов	200	1,22	0,07	34,54	130,71	8-43
302	Сдоба с вареной сгущенкой	104	8,22	5,82	55,12	310,96	15-84
686	Чай с лимоном	200/7	0,24	0,05	14,07	55,70	5-10
	<b>ПРОДЛЕНКА 60-00</b>						
302	Каша пшенная молочная	150/5	6,04	6,94	31,06	209,22	20-79
16	Ватрушка с картофелем	100	2,7	9,6	10,5	140	32-40
2	Батон школьный	25	2,14	0,95	14,59	75,22	1-71
686	Чай с лимоном	200/7	0,24	0,05	14,07	55,70	5-10

БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ с 5-9кл 146-00							
138	Суп картофельный с горохом	220	4,46	3,68	18,48	120,57	15-62
197	Окорочок куриный ( 1 блюдо)	12,5	3,60	1,74	0,00	30,10	11-04
239	Котлета куриная	90	15,49	5,79	17,83	184,03	50-70
97	Макаронны отварные	150	5,45	4,23	35,10	199,76	22-23
2	Батон школьный	65,3	5,60	2,49	38,12	196,52	4-48
153	Компот из сухофруктов	200	1,22	0,07	34,54	130,71	8-43
302	Каша пшенная молочная	150/5	6,04	6,94	31,06	209,22	20-79
779	Булочка молочная	59	5,54	1,41	30,68	162,84	5-90
686	Чай с лимоном	200/7	0,24	0,05	14,07	55,70	5-10
2	Батон школьный	25	2,14	0,95	14,59	75,22	1-71
ПИТАНИЕ СПОРТСМЕНОВ 160-00							
138	Суп картофельный с горохом	220	4,46	3,68	18,48	120,57	15-62
197	Окорочок куриный ( 1 блюдо)	12,5	3,60	1,74	0,00	30,10	11-04
239	Котлета куриная	90	15,49	5,79	17,83	184,03	50-70
97	Макаронны отварные	150	5,45	4,23	35,10	199,76	22-23
2	Батон школьный	65,3	5,60	2,49	38,12	196,52	4-48
153	Компот из сухофруктов	200	1,22	0,07	34,54	130,71	8-43
686	Чай с лимоном	200/7	0,24	0,05	14,07	55,70	5-10
30	Слойка с сахаром	100	28,8	11,8	28,3	374	42-40
Спорт.завтрак							
302	Каша пшенная молочная	200/5	8,05	9,25	41,41	278,96	27-72
738	Пирожок печеный с картоф.и мясом	75	6,2	3,3	25,79	162	14-28
2	Батон школьный	41	3,51	1,56	23,92	123,36	2-78
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	2-72
КОМПЛЕКС 100-00							
138	Суп картофельный с горохом	220	4,46	3,68	18,48	120,57	15-62
239	Котлета куриная	90	15,49	5,79	17,83	184,03	50-70
97	Макаронны отварные	150	5,45	4,23	35,10	199,76	22-23
2	Батон школьный	44	3,77	1,68	25,67	132,39	3-02
153	Компот из сухофруктов	200	1,22	0,07	34,54	130,71	8-43

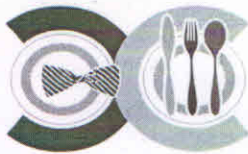
Директор

ВАРЛАМОВА Е.В.

Зав. производством

ГЛЕБОВА С.В.





# МЕНЮ

ООО «Экспресс-сервис»

Столовая МБОУ «СОШ № 28»

Дата « 5 » ДЕКАБРЯ 2024г.

ТТК	<u>БЛЮДО</u> состав	<u>ВЫХОД</u> гр.	<u>БЕЛКИ</u>	<u>ЖИРЫ</u>	<u>УГЛЕВОДЫ</u>	<u>ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ</u> <u>ЦЕННОСТЬ</u> ккал	<u>ЦЕНА.</u> руб
	<b>САЛАТЫ</b>						
39	Салат из морской капусты с яйцом	80	3,2	8,9	0,5	95	43-46
24	Салат Оливье	100	4,0	14,0	6,4	171	35-12
	<b>ПЕРВОЕ</b>						
138	Суп картофельный с горохом	250/12,5	8,67	5,92	21,00	167,11	28-79
	<b>ГАРНИРЫ</b>						
97	Макароны отварные	150	5,45	4,23	35,10	199,76	22-23
518	Картофель отварной	150	3,0	4,9	24,5	161	24-98
510	Каша гречневая вязкая	150	4,47	4,94	23,28	149,48	15-94
511	Рис отварной	150	2,5	4,0	25,2	149	22-58
	<b>ВТОРЫЕ</b>						
239	Котлета куриная	90	15,49	5,79	17,83	184,03	50-70
381	Рыба по-русски	200	19,0	8,2	26,5	255	103-98
102	Отбивная из кур. филе с помидорами	75/25	18,8	23,1	3,8	300	94-19
64	Печень по-страгоновски	50/50	15,2	21,8	3,02	270	44-13
	<b>ВЫПЕЧКА</b>						
747	Сосиска в тесте	1/50	9,3	9,5	28,23	240	39-16
738	Пирожок с мясом	75	9,9	3,8	243	175	31-52
56	Рогалик с маком	100	9,1	11,0	52,7	353	16-01
221	Сдоба с вареной сгущенкой	100	7,9	5,6	53,0	299	15-22

Директор

ЗАРПАМОВА Е.В.

Зав. производством

ЛЕБОВА С.В.

