



МЕНЮ

ООО «Экспресс-сервис»

Столовая МБОУ «СОШ № 28»

Дата « 6 » ДЕКАБРЯ 2024 г.

ТТК	<i>БЛЮДО состав</i>	<i>ВЫХОД гр.</i>	<i>БЕЛКИ</i>	<i>ЖИРЫ</i>	<i>УГЛЕВОДЫ</i>	<i>ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ ккал</i>	<i>ЦЕНА, руб</i>
	ЗАВТРАК 75-00						
162	Салат Сезонный	56,6	0,70	3,53	5,27	53,55	12-13
268	Котлета из свинины	50	6,62	12,02	8,63	168,94	34-27
173	Каша пшеничная вязкая	150	4,28	8,56	31,76	219,27	22-45
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
	ОБЕД 112-50						
39	Борщ из св.капусты с картофелем	220	1,47	3,35	11,83	79,73	17-09
67	Биточек Диетический (свин.)	90	11,55	26,04	2,75	289,99	58-30
92	Картофельное пюре	150	3,09	5,31	21,58	145,34	28-14
2	Батон школьный	91,1	7,81	3,47	53,17	274,16	6-25
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	2-72
	БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ 75-00 (тжс,многодетные,малообеспеченные)						
162	Салат Сезонный	56,6	0,70	3,53	5,27	53,55	12-13
268	Котлета из свинины	50	6,62	12,02	8,63	168,94	34-27
173	Каша пшеничная вязкая	150	4,28	8,56	31,76	219,27	22-45
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
	БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ с 1-4 кл 133-44						
39	Борщ из св.капусты с картофелем	220	1,47	3,35	11,83	79,73	17-09
67	Биточек Диетический (свин.)	90	11,55	26,04	2,75	289,99	58-30
92	Картофельное пюре	150	3,09	5,31	21,58	145,34	28-14
2	Батон школьный	91,1	7,81	3,47	53,17	274,16	6-25
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	2-72
30	Слойка с сахаром	43	16,51	6,76	21,95	214,42	18-22
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	2-72
	ПРОДЛЕНКА 60-00						
302	Каша овсяная молочная	200/5	8,99	10,31	44,23	298,62	26-86
30	Слойка с сахаром	68	26,11	10,69	34,72	339,09	28-71
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							
39	Борщ из св.капусты с картофелем	220	1,47	3,35	11,83	79,73	17-09
67	Биточек Диетический (свин.)	90	11,55	26,04	2,75	289,99	58-30
92	Картофельное пюре	150	3,09	5,31	21,58	145,34	28-14
2	Батон школьный	91,1	7,81	3,47	53,17	274,16	6-25
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	2-72
302	Каша овсяная молочная	150/5	6,74	7,73	33,17	223,96	20-15
767	Булочка ванильная	80	6,32	6,8	46,48	274,4	8-23
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	2-72
2	Батон школьный	35	3,00	1,34	20,43	105,32	2-40
ПИТАНИЕ СПОРТСМЕНОВ 160-00							
39	Борщ из св.капусты с картофелем	220	1,47	3,35	11,83	79,73	17-09
67	Биточек Диетический (свин.)	90	11,55	26,04	2,75	289,99	58-30
92	Картофельное пюре	150	3,09	5,31	21,58	145,34	28-14
2	Батон школьный	91,1	7,81	3,47	53,17	274,16	6-25
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	2-72
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	2-72
165	Пицца школьная	102,4	12,08	17,20	27,13	306,17	44-78
Спорт.завтрак							
302	Каша овсяная молочная	200/5	8,99	10,31	44,23	298,62	26-86
56	Рогалик с маком	100	9,1	11,0	52,7	353	16-08
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	2-72
2	Батон школьный	27	2,23	1,03	15,75	81,24	1-84
КОМПЛЕКС 100-00							
162	Салат Сезонный	43	0,47	2,83	1,29	32,68	9-13
67	Биточек Диетический (свин.)	90	11,55	26,04	2,75	289,99	58-30
92	Картофельное пюре	150	3,09	5,31	21,58	145,34	28-14
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

Директор

ВАРЛАМОВА Е.В.

Зав. производством

ГЛЕБОВА С.В.





МЕНЮ

ООО «Экспресс-сервис»

Столовая МБОУ «СОШ № 28»

Дата « 6 » ДЕКАБРЯ 2024 г.

ТТК	БЛЮДО состав	ВЫХОД гр.	БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ	ЭНЕРГЕТ-Я ЦЕННОСТЬ ккал	ЦЕНА, руб
	САЛАТЫ						
13	Сельдь под шубой	100	6,0	19,3	6,1	222	30-72
162	Салат Сезонный	100	1,23	6,24	9,31	94,59	21-43
108	Салат «Татьяна» (краб.п,морская,яйц,св.ог.)	100					43-63
	ПЕРВОЕ						
39	Борщ из св.капусты и картофелем	250/12,5/10	5,51	7,5	13,61	130,76	32-59
	ВТОРОЕ						
268	Котлета из свинины	50	6,62	12,02	8,63	168,94	34-27
67	Биточек Диетический (свин.)	90	11,55	26,04	2,75	289,99	58-30
376	Поджарка из свинины	50/15	14,2	17,3	1,9	220	56-32
164	Рыба запеченая с помидоркой	50/25	12,9	13,6	5,9	199	83-59
430	Печень запеченая с луком	50/10	12,7	8,7	4,0	144	37-22
	ГАРНИРЫ						
173	Каша пшеничная вязкая	150	4,28	8,56	31,76	219,27	22-45
97	Макароны отварные	150	5,45	4,23	35,10	199,76	22-23
510	Каша гречневая вязкая	150	4,47	4,94	23,28	149,48	15-94
92	Картофельное пюре	150	3,09	5,31	21,58	145,34	28-14
	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
56	Рогалик с маком	100	9,1	11,0	52,7	353	16-08
161	Слойка с вареной сгущенкой	75	27,0	11,0	29,6	326	37-89

Директор

ВАРЛАМОВА Е.В.

Зав. производством

ГЛЕБОВА С.В.

