



МЕНЮ

ООО «Экспресс-сервис»

Столовая МБОУ «СОШ № 28»

Дата « 7 » МАЯ 2025 г.

ТТК	<u>БЛЮДО</u> состав	ВЫХОД гр.	БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ	ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ ккал	ЦЕНА, руб
	ЗАВТРАК 81 -00						
43	Салат Степной	76,6	1,31	6,87	6,66	91,26	17-65
77	Котлета Здоровье (свин,морк.)	50	6,51	11,22	2,74	137,56	34-63
97	Макароны отварные	150	5,45	4,23	35,10	199,76	22-23
2	Батон школьный	50	4,29	1,91	29,18	150,45	3-62
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	2-87
	ОБЕД 121-50						
39	Борщ из свеж.капусты с картофелем	250	1,67	3,80	13,44	90,60	22-93
197	Окорочок куриный (1 блюдо)	12,5	3,60	1,74	0,00	30,10	10-34
67	Биточек Диетический (свинина)	90	11,55	26,04	2,75	289,99	62-73
508	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,49	6,97	44,30	262,63	18-65
2	Батон школьный	55	4,71	2,10	32,09	165,44	3-98
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	2-87
	БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ 81-00 (тжс,многодетные,малообеспеч.,сво)						
43	Салат Степной	76,6	1,31	6,87	6,66	91,26	17-65
77	Котлета Здоровье (свин,морк.)	50	6,51	11,22	2,74	137,56	34-63
97	Макароны отварные	150	5,45	4,23	35,10	199,76	22-23
2	Батон школьный	50	4,29	1,91	29,18	150,45	3-62
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	2-87
	БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ с 1-4 кл 144-12						
39	Борщ из свеж.капусты с картофелем	250	1,67	3,80	13,44	90,60	22-93
197	Окорочок куриный (1 блюдо)	12,5	3,60	1,74	0,00	30,10	10-34
67	Биточек Диетический (свинина)	90	11,55	26,04	2,75	289,99	62-73
508	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,49	6,97	44,30	262,63	18-65
2	Батон школьный	55	4,71	2,10	32,09	165,44	3-98
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	2-87
Ттк55	Рогалик с повидом	88	7,48	9,24	47,16	306,24	16-36
686	Чай с лимоном	200/7	0,24	0,05	14,07	55,70	6-26
	ПРОДЛЕНКА 60-00						
302	Каша рисовая молочная	200/5	5,7	6,8	39,6	246	32-60
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	2-87
2	Батон школьный	61,5	5,28	2,35	35,89	185,05	4-44
738	Пирожок с яйцом	75	7,0	6,4	24,1	186	20-09

	БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ с 5-9кл 157-68						
39	Борщ из свеж.капусты с картофелем	250	1,67	3,80	13,44	90,60	22-93
197	Окорочок куриный (1 блюдо)	12,5	3,60	1,74	0,00	30,10	10-34
67	Биточек Диетический (свинина)	90	11,55	26,04	2,75	289,99	62-73
508	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,49	6,97	44,30	262,63	18-65
2	Батон школьный	55	4,71	2,10	32,09	165,44	3-98
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	2-87
302	Каша рисовая молочная	150/5	4,27	5,1	29,7	184,5	24-45
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	2-87
772	Булочка с маком	100	8,2	3,2	53,4	284	6-78
2	Батон школьный	29	2,48	1,11	16,92	87,26	2-08
	ПИТАНИЕ СПОРТСМЕНОВ 160-00						
39	Борщ из свеж.капусты с картофелем	250	1,67	3,80	13,44	90,60	22-93
197	Окорочок куриный (1 блюдо)	12,5	3,60	1,74	0,00	30,10	10-34
67	Биточек Диетический (свинина)	90	11,55	26,04	2,75	289,99	62-73
508	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,49	6,97	44,30	262,63	18-65
2	Батон школьный	55	4,71	2,10	32,09	165,44	3-98
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	2-87
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	2-87
739	Слойка с творогом	67	8,48	11,16	22,51	287,65	35-63
	Спорт.питание						
302	Каша рисовая молочная	150/5	4,27	5,1	29,7	184,5	24-45
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	2-87
18	Плюшка Московская	75	6,9	8,92	48,58	307,5	11-18
	КОМПЛЕКС 110-00						
43	Салат Степной	80	1,36	7,2	5,52	96,00	18-38
67	Биточек Диетический (свинина)	90	11,55	26,04	2,75	289,99	62-73
508	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,49	6,97	44,30	262,63	18-65
686	Чай с лимоном	200/7	0,24	0,05	14,07	55,70	6-26
2	Батон школьный	55	4,71	2,10	32,09	165,44	3-98



Директор

Зав. производством



ВАРЛАМОВА Е.В.

ГЛЕБОВА С.В.





МЕНЮ

ООО «Экспресс-сервис»

Столовая МБОУ «СОШ № 28»

Дата « 7 » МАЯ 2025 г.

ТТК	БЛЮДО состав	ВЫХОД гр.	БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ	ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ ккал	ЦЕНА, руб.
	САЛАТЫ						
110	Салат Экспресс (краб.п,п/к,кукур,яйцо,карт,морк,св.ог.)	100	5,2	16,3	5,1	189	44-75
163	Салат Степной (отв.карт,морк,сол.ог,зел.гор.)	100	1,7	9,0	6,9	120	23-03
	ПЕРВОЕ						
39	Борщ из св.капусты и картофелем	250/12,5/10	5,27	5,54	13,44	120,7	35-39
	ВТОРОЕ						
77	Котлета Здоровье (свинина)	50	6,51	11,22	2,74	137,56	34-63
78	Мясо по-французки	50/125	10,9	10,0	10,7	177	111-79
439	Печень тушеная в томат. соусе	50/50	13,4	15,5	3,40	208	45-56
25	Рыба по-королевски (смет.,майон,сыр)	50/25	15,1	11,4	2,9	176	100-30
155	Гуляш куриный	50/50	16,4	5,4	1,8	122,0	51-90
67	Биточек Диетический(свин,кап,морк.)	90	11,55	26,04	2,75	289,99	62-73
	ГАРНИРЫ						
508	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,49	6,97	44,30	262,63	18-65
511	Рис отварной	150	3,75	6,0	37,8	223,5	23-11
522	Картофель запеченный	150	2,7	9,3	21,5	187	27-40
97	Макароны отварные	150	5,45	4,23	35,10	199,76	22-23
	ВЫПЕЧКА						
747	Сосиска в тесте	1/50	9,3	9,5	28,23	240	42-04
738	Пирожок с яйцом	75	7,0	6,4	24,1	186	20-09
738	Пирожок с мясом	75	9,9	3,8	24,3	175	34-53
221	Сдоба с вареной сгущенкой	100	7,9	5,6	53,0	299	17-79
739	Слойка с творогом	75	9,5	12,5	25,2	322	40-27

