



МЕНЮ

ООО «Экспресс-сервис»

Столовая МБОУ «СОШ № 28»

Дата « 8 » ОКТЯБРЯ 2024 г.

ТТК	БЛЮДО состав	ВЫХОД гр.	БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ	ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ ккал	ЦЕНА, руб
	ЗАВТРАК 75-00						
37	Салат из сыр.ов . (св.кап,помид,огур,морк.)	76,5	0,85	7,58	4,0	85,62	13-64
239	Котлета куриная	50	8,61	3,21	9,90	102,24	26-23
92	Картофельное пюре	150	3,09	5,31	21,58	145,34	23-79
2	Батон школьный	50	4,29	1,91	29,18	150,45	3-40
147	Чай с молоком	200	1,55	1,14	14,94	77,03	7-94
	ОБЕД 112-50						
2	Салат из свеж.помидор с раст.маслом	60	0,62	3,05	3,08	41,48	13-35
138	Суп картофельный с горохом	200	4,06	3,35	16,80	109,61	12-28
76	Котлета Загадка (свин,карт.)	90	11,43	22,35	10,21	286,74	55-70
534	Капуста тушеная	150	3,36	4,03	17,08	110,61	22-22
2	Батон школьный	88,7	7,60	3,38	51,76	266,84	6-03
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	2-92
	БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ 75-00 (тжс,многодетные,малообеспеченные)						
37	Салат из сыр.ов . (св.кап,помид,огур,морк.)	76,5	0,85	7,58	4,00	85,62	13-64
239	Котлета куриная	50	8,61	3,21	9,90	102,24	26-23
92	Картофельное пюре	150	3,09	5,31	21,58	145,34	23-79
2	Батон школьный	50	4,29	1,91	29,18	150,45	3-40
147	Чай с молоком	200	1,55	1,14	14,94	77,03	7-94
	БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ с 1-4 кл 133-44						
2	Салат из свеж.помидор с раст.маслом	60	0,62	3,05	3,08	41,48	13-35
138	Суп картофельный с горохом	200	4,06	3,35	16,80	109,61	12-28
76	Котлета Загадка (свин,карт.)	90	11,43	22,35	10,21	286,74	55-70
534	Капуста тушеная	150	3,36	4,03	17,08	110,61	22-22
2	Батон школьный	88,7	7,60	3,38	51,76	266,84	6-03
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	2-92
413	Ватрушка наливная	69	7,38	11,38	39,67	296,7	18-02
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	2-92
	ПРОДЛЕНКА 60-00						
173	Каша пшеничная молочная	200/5	7,9	10,0	40,8	290	30-65
165	Кокрок с картофелем	84	4,78	8,65	26,29	207,48	23-03
2	Батон школьный	50	4,29	1,91	29,18	150,45	3-40
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	2-92

БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ с 5-9кл 146-00							
2	Салат из свеж.помидор с раст.маслом	60	0,62	3,05	3,08	41,48	13-35
138	Суп картофельный с горохом	200	4,06	3,35	16,80	109,61	12-28
76	Котлета Загадка (свин,карт.)	90	11,43	22,35	10,21	286,74	55-70
534	Капуста тушеная	150	3,36	4,03	17,08	110,61	22-22
2	Батон школьный	88,7	7,60	3,38	51,76	266,84	6-03
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	2-92
173	Каша пшеничная молочная	150/5	5,92	7,50	30,6	217,5	22-99
147	Чай с молоком	200	1,55	1,14	14,94	77,03	7-94
2	Батон школьный	38	3,26	1,45	22,18	114,34	2-57
ПИТАНИЕ СПОРТСМЕНОВ 160-00							
2	Салат из свеж.помидор с раст.маслом	62,13	0,64	3,16	3,19	42,95	13-83
138	Суп картофельный с горохом	200	4,06	3,35	16,80	109,61	12-28
76	Котлета Загадка (свин,карт.)	90	11,43	22,35	10,21	286,74	55-70
534	Капуста тушеная	150	3,36	4,03	17,08	110,61	22-22
2	Батон школьный	88,7	7,60	3,38	51,76	266,84	6-03
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	2-92
147	Чай с молоком	200	1,55	1,14	14,94	77,03	7-94
747	Сосиска в тесте	1/50	9,3	9,5	28,23	240	39-08
Спорт.питание							
173	Каша пшеничная молочная	150/5	5,92	7,50	30,6	217,5	22-99
147	Чай с молоком	200	1,55	1,14	14,94	77,03	7-94
2	Батон школьный	44	3,77	1,68	25,68	132,40	2-99
18	Плюшка Московская	100	9,5	12,6	64,98	417	13-58
КОМПЛЕКС 100-00							
37	Салат из сыр.ов . (св.кап,помид,огур,морк.)	76,5	0,85	7,58	4,00	85,62	13-64
76	Котлета Загадка (свин,карт.)	90	11,43	22,35	10,21	286,74	55-70
92	Картофельное пюре	150	3,09	5,31	21,58	145,34	23-79
2	Батон школьный	58	4,98	2,22	33,85	174,52	3-95
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	2-92

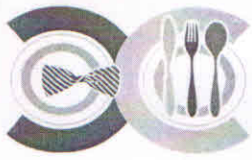
Директор

ВАРЛАМОВА Е.В.

Зав. производством

ГЛЕБОВА С.В.





МЕНЮ

ООО «Экспресс-сервис»

Столовая МБОУ «СОШ № 28»

Дата « 8 » ОКТЯБРЯ 2024 г.

ТТК	<u>БЛЮДО</u> <i>состав</i>	<i>ВЫХОД</i> <i>гр.</i>	<i>БЕЛКИ</i>	<i>ЖИРЫ</i>	<i>УГЛЕВОДЫ</i>	<i>ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ</i> <i>ЦЕННОСТЬ</i> <i>ккал</i>	<i>ЦЕНА,</i> <i>руб</i>
	САЛАТЫ						
2	Салат из св.помидор с раст.маслом	100	1,0	5,1	3,8	69,00	22-26
28	Салат «Мимоза»	100	9,2	20,7	4,13	242	42-07
37	Салат из сыр.овощей (св.кап,помид,огур.)	100	2,2	11,2	3,4	122	17-83
	ПЕРВОЕ						
138	Суп картофельный с горохом	250/12,5	8,67	5,92	21,00	167,11	26-40
	ВТОРОЕ						
76	Котлета «Загадка» (свин,карт.)	90	11,43	22,35	10,21	286,74	55-70
80	Мясо по-албански (кур.филе,помид.)	75	12,5	13,9	2,4	185	54-56
245	Голубцы диетические (окороч,капус,рис)	155	10,59	18,55	131,23	263,5	42-12
430	Печень запеченая с луком	50/10	12,7	8,7	3,99	146,00	36-33
381	Рыба по –русски	200	19,0	8,2	26,5	255	95-17
	ГАРНИРЫ						
92	Картофельное пюре	150	3,09	5,31	21,58	145,34	23-79
534	Капуста тушеная	150	3,36	4,03	17,08	110,61	22-22
97	Макаронны отварные	150	36,3	28,0	222,2	332	20-73
510	Каша гречневая вязкая	150	4,47	4,94	23,28	149,48	13-91
	ВЫПЕЧКА						
747	Сосиска в тесте	1/50	9,3	9,5	28,23	240	39-08
18	Плюшка Московская с маком	100	9,5	12,6	64,98	417	15-21
738	Пирожок с картофелем и мясом	75	6,2	3,3	25,79	162	13-98
161	Слойка с вареной сгущенкой	75	27,0	11,0	29,6	326	37-83

Директор

ВАРЛАМОВА Е.В.

Зав. производством

ГЛЕБОВА С.В.

