



МЕНЮ

ООО «Экспресс-сервис»

Столовая МБОУ «СОШ № 28»

Дата « 8 » НОЯБРЯ 2024 г.

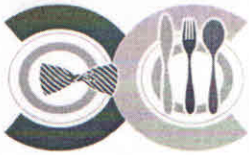
ТТК	<u>БЛЮДО</u> <u>состав</u>	<u>ВЫХОД</u> <u>гр.</u>	<u>БЕЛКИ</u>	<u>ЖИРЫ</u>	<u>УГЛЕВОДЫ</u>	<u>ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ</u> <u>ЦЕННОСТЬ</u> <u>ккал</u>	<u>ЦЕНА,</u> <u>руб</u>
	ЗАВТРАК 75-00						
162	Салат Сезонный	75,1	0,93	4,68	6,99	71,02	11-90
268	Котлета из свинины	50	6,62	12,02	8,63	168,94	34-21
173	Каша пшеничная вязкая	150	4,28	8,56	31,76	219,27	22-52
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	2-92
2	Батон школьный	50	4,29	1,91	29,18	150,45	3-45
	ОБЕД 112-50						
39	Борщ из св.капусты с картофелем	220	1,47	3,35	11,83	79,73	16-94
67	Биточек Диетический (свин.)	90	11,55	26,04	2,75	289,99	58-06
92	Картофельное пюре	150	3,09	5,31	21,58	145,34	28-08
2	Батон школьный	94,2	8,08	3,59	54,98	283,48	6-50
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	2-92
	БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ 75-00 (тжс,многодетные,малообеспеченные)						
162	Салат Сезонный	75,1	0,93	4,68	6,99	71,02	11-90
268	Котлета из свинины	50	6,62	12,02	8,63	168,94	34-21
173	Каша пшеничная вязкая	150	4,28	8,56	31,76	219,27	22-52
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	2-92
2	Батон школьный	50	4,29	1,91	29,18	150,45	3-45
	БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ с 1-4 кл 133-44						
39	Борщ из св.капусты с картофелем	220	1,47	3,35	11,83	79,73	16-94
67	Биточек Диетический (свин.)	90	11,55	26,04	2,75	289,99	58-06
92	Картофельное пюре	150	3,09	5,31	21,58	145,34	28-08
2	Батон школьный	94,2	8,08	3,59	54,98	283,48	6-50
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	2-92
30	Слойка с сахаром	42	16,13	6,61	21,45	209,44	18-02
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	2-92
	ПРОДЛЕНКА 60-00						
302	Каша овсяная молочная	200/5	8,99	10,31	44,23	298,62	26-68
30	Слойка с сахаром	67	25,73	10,54	34,21	334,11	28-70
2	Батон школьный	25	2,14	0,95	14,59	75,22	1-70
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	2-92

	БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ с 5-9кл 146-00						
39	Борщ из св.капусты с картофелем	220	1,47	3,35	11,83	79,73	16-94
67	Биточек Диетический (свин.)	90	11,55	26,04	2,75	289,99	58-06
92	Картофельное пюре	150	3,09	5,31	21,58	145,34	28-08
2	Батон школьный	94,2	8,08	3,59	54,98	283,48	6-50
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	2-92
302	Каша овсяная молочная	150/5	6,74	7,73	33,17	223,96	20-01
767	Булочка ванильная	100	7,9	8,5	58,1	343	10-16
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	2-92
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	16-94
67	Биточек Диетический (свин.)	90	11,55	26,04	2,75	289,99	58-06
92	Картофельное пюре	150	3,09	5,31	21,58	145,34	28-08
2	Батон школьный	94,2	8,08	3,59	54,98	283,48	6-50
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
168	Вак -балиш	83	8,06	11,03	25,42	238,33	44-58
	Спорт.завтрак						
302	Каша овсяная молочная	200/5	8,99	10,31	44,23	298,62	26-68
56	Рогалик с маком	100	9,1	11,0	52,7	353	16-11
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	2-92
2	Батон школьный	26	2,23	0,99	15,17	78,23	1-79
	КОМПЛЕКС 100-00						
67	Биточек Диетический (свин.)	90	11,55	26,04	2,75	289,99	58-06
92	Картофельное пюре	160	3,30	5,67	23,02	155,03	29-95
2	Батон школьный	96,82	8,31	3,70	56,50	291,33	6-68
686	Чай с лимоном	200/7	0,24	0,05	14,07	55,70	5-31

Директор _____ ВАРЛАМОВА Е.В.

Зав. производством _____ ГЛЕБОВА С.В.





МЕНЮ

ООО «Экспресс-сервис»

Столовая МБОУ «СОШ № 28»

Дата « 8 » НОЯБРЯ 2024 г.

ТТК	БЛЮДО состав	ВЫХОД гр.	БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ	ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ ккал	ЦЕНА, руб
	САЛАТЫ						
13	Сельдь под шубой	100	6,0	19,3	6,1	222	29-80
162	Салат Сезонный	100	1,23	6,24	9,31	94,59	15-85
	ПЕРВОЕ						
39	Борщ из св.капусты и картофелем	250/12,5/10	5,51	7,5	13,61	130,76	32-28
	ВТОРОЕ						
268	Котлета из свинины	50	6,62	12,02	8,63	168,94	34-21
67	Биточек Диетический (свин.)	90	11,55	26,04	2,75	289,99	58-06
155	Гуляш куриный	50/50	16,4	5,4	1,8	122,0	46-70
164	Рыба запеченая с помидоркой	50/25	12,9	13,6	5,9	199	77-29
430	Печень запеченая с луком	50/10	12,7	8,7	4,0	144	36-94
	ГАРНИРЫ						
173	Каша пшеничная вязкая	150	4,28	8,56	31,76	219,27	22-52
97	Макаронны 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	28-08
	ВЫПЕЧКА						
738	Пирожок с яйцом	75	7,0	6,4	24,1	186	17-00
695	Ватрушка с творогом	75	9,8	2,5	26,7	173	19-81
747	Сосиска в тесте	1/50	9,3	9,5	28,23	240	39-15
56	Рогалик с маком	100	9,1	11,0	52,7	353	16-11
161	Слойка с вареной сгущенкой	75	27,0	11,0	29,6	326	37-87

Директор  ВАРЛАМОВА Е.В.

Зав. производством  ГЛЕБОВА С.В.

