



МЕНЮ

ООО «Экспресс-сервис»

Столовая МБОУ «СОШ № 28»

Дата « 11 » ДЕКАБРЯ 2024 г.

ТТК	БЛЮДО состав	ВЫХОД гр.	БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ	ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ ккал	ЦЕНА, руб
	ЗАВТРАК 75 -00						
43	Салат Степной	67,6	1,15	6,06	5,87	80,48	13-91
77	Котлета Здоровье (свин,морк.)	50	6,51	11,22	2,74	137,56	32-71
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	3-43
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	2-72
	ОБЕД 112-50						
39	Борщ из свеж.капусты с картофелем	220	1,47	3,35	11,83	79,73	17-09
81	Фрикадельки « Петушок»	90	16,45	4,69	8,41	141,51	64-67
508	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,49	6,97	44,30	262,63	18-65
2	Батон школьный	56,6	4,85	2,16	33,01	170,19	3-88
147	Чай с молоком	200	1,55	1,14	15,94	77,03	8-21
	БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ 75-00 (тжс,многодетные,малообеспеч.,СВО)						
43	Салат Степной	67,6	1,15	6,06	5,87	80,48	13-91
77	Котлета Здоровье (свин,морк.)	50	6,51	11,22	2,74	137,56	32-71
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	3-43
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	2-72
	БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ с 1-4 кл 133-44						
39	Борщ из свеж.капусты с картофелем	220	1,47	3,35	11,83	79,73	17-09
81	Фрикадельки « Петушок»	90	16,45	4,69	8,41	141,51	64-67
508	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,49	6,97	44,30	262,63	18-65
2	Батон школьный	56,6	4,85	2,16	33,01	170,19	3-88
147	Чай с молоком	200	1,55	1,14	15,94	77,03	8-21
18	Плюшка Московская с маком	101,5	9,64	12,78	65,95	423,25	15-84
686	Чай с лимоном	200/7	0,24	0,05	14,07	55,70	5-10
	ПРОДЛЕНКА 60-00						
302	Каша рисовая молочная	200/5	5,7	6,8	39,6	246	32-12
686	Чай с лимоном	200/7	0,24	0,05	14,07	55,70	5-10
2	Батон школьный	50	4,29	1,91	29,18	150,45	3-43
738	Пирожок с яйцом	86	8,02	7,33	27,63	213,28	19-35

БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ с 5-9кл 146-00							
39	Борщ из свеж.капусты с картофелем	220	1,47	3,35	11,83	79,73	17-09
81	Фрикадельки « Петушок»	90	16,45	4,69	8,41	141,51	64-67
508	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,49	6,97	44,30	262,63	18-65
2	Батон школьный	56,6	4,85	2,16	33,01	170,19	3-88
147	Чай с молоком	200	1,55	1,14	15,94	77,03	8-21
302	Каша рисовая молочная	150/5	4,27	5,1	29,7	184,5	24-09
686	Чай с лимоном	200/7	0,24	0,05	14,07	55,70	5-10
2	Батон школьный	63	5,40	2,40	36,76	189,56	4-31
ПИТАНИЕ СПОРТСМЕНОВ 160-00							
39	Борщ из свеж.капусты с картофелем	220	1,47	3,35	11,83	79,73	17-09
81	Фрикадельки « Петушок»	90	16,45	4,69	8,41	141,51	64-67
508	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,49	6,97	44,30	262,63	18-65
2	Батон школьный	56,6	4,85	2,16	33,01	170,19	3-88
147	Чай с молоком	200	1,55	1,14	15,94	77,03	8-21
686	Чай с лимоном	200/7	0,24	0,05	14,07	55,70	5-10
739	Слойка с творогом	80	10,13	13,33	26,87	343,46	42-40
Спорт.питание							
302	Каша рисовая молочная	150/5	4,27	5,1	29,7	184,5	24-09
686	Чай с лимоном	200/7	0,24	0,05	14,07	55,70	5-10
2	Батон школьный	40	3,43	1,52	23,34	120,36	2-69
18	Плюшка Московская с маком	100	9,5	12,6	64,98	417	15-62
КОМПЛЕКС 100-00							
43	Салат Степной	60	1,02	5,4	4,14	72,00	12-25
81	Фрикадельки « Петушок»	90	16,45	4,69	8,41	141,51	64-67
508	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,49	6,97	44,30	262,63	18-65
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	2-72
2	Батон школьный	25	2,14	0,95	14,59	75,22	1-71

Директор

ВАРЛАМОВА Е.В.

Зав. производством

ГЛЕБОВА С.В.





МЕНЮ

ООО «Экспресс-сервис»

Столовая МБОУ «СОШ № 28»

Дата « 11 » ДЕКАБРЯ 2024 г.

ТТК	БЛЮДО состав	ВЫХОД гр.	БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ	ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ ккал	ЦЕНА, руб
	САЛАТЫ						
1	Салат из свежих огурцов	100	0,6	7,8	2,7	85	33-11
158	Салат Матроскин (капуч, краб, кукур, ябл.)	100	2,3	24,8	6,3	258	32-88
163	Салат Степной (отв. карт, морк, сол. ог, зел. гор.)	100	1,7	9,0	6,9	120	20-58
	ПЕРВОЕ						
39	Борщ из св. капусты и картофелем	250/12,5/10	5,27	5,54	13,44	120,7	32-59
	ВТОРОЕ						
81	Фрикадельки «Петушок»	90	16,45	4,69	8,41	141,51	64-67
78	Мясо по-французки	50/125	10,9	10,0	10,7	177	96-41
439	Печень тушеная в томат. соусе	50/50	13,4	15,5	3,40	208	42-87
25	Рыба по-королевски (смет., майон, сыр)	50/25	15,1	11,4	2,9	176	94-45
155	Гуляш куриный	50/50	16,4	5,4	1,8	122,0	49-87
	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	22-58
522	Картофель запеченный	150	2,7	9,3	21,5	187	16-75
97	Макаронные изделия 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	39-16
738	Пирожок с яйцом	75	7,0	6,4	24,1	186	17-03
738	Пирожок с капустой и мясом	75	6,2	3,7	49,0	254	19-54
221	Сдоба с вареной сгущенкой	100	7,9	5,6	53,0	299	15-22

Директор

ВАРЛАМОВА Е.В.

Зав. производством

ГЛЕБОВА С.В.

