



# МЕНЮ

ООО «Экспресс-сервис»

Столовая МБОУ «СОШ № 28»

Дата « 12 » ДЕКАБРЯ 2024 г.

ТТК	<u>БЛЮДО</u> состав	<u>ВЫХОД</u> гр.	<u>БЕЛКИ</u>	<u>ЖИРЫ</u>	<u>УГЛЕВОДЫ</u>	<u>ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ</u> ккал	<u>ЦЕНА</u> руб
	<b>ЗАВТРАК 75-00</b>						
268	Десерт в фруктовом соусе	99,1	0,45	0,25	32,44	125,79	22-14
119	Каша Дружба	200	7,14	8,82	44,28	283,27	26-75
686	Чай с лимоном	200/7	0,24	0,05	14,07	55,70	5-10
738	Пирожок с мясом	50	6,62	2,53	16,06	117,03	21-01
	<b>ОБЕД 112-50</b>						
13	Салат из свежей капусты с раст.маслом	100	1,52	4,98	10,99	90,29	8-40
48	Суп Крестьянский с крупой	250	1,91	3,86	14,73	99,02	17-63
239	Котлета куриная	90	15,49	5,79	17,83	184,03	50-70
92	Картофельное пюре	150	3,09	5,31	21,58	145,34	28-14
2	Батон школьный	71,6	6,14	2,73	41,78	215,39	4-91
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	2-72
	<b>БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ 75-00</b> (тжс,многодетные,малообеспеч.,СВО)						
239	Котлета куриная	90	15,49	5,79	17,83	184,03	47-53
97	Макароны отварные	150	5,45	4,23	35,10	199,76	22-23
2	Батон школьный	34	2,92	1,30	19,84	102,31	2-32
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	2-92
	<b>БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ с 1-4 кл 133-44</b>						
13	Салат из свежей капусты с раст.маслом	100	1,52	4,98	10,99	90,29	8-40
48	Суп Крестьянский с крупой	250	1,91	3,86	14,73	99,02	17-63
239	Котлета куриная	90	15,49	5,79	17,83	184,03	50-70
92	Картофельное пюре	150	3,09	5,31	21,58	145,34	28-14
2	Батон школьный	71,6	6,14	2,73	41,78	215,39	4-91
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	2-72
16	Ватрушка с картофелем	49	1,32	4,70	5,14	68,6	15-84
686	Чай с лимоном	200/7	0,24	0,05	14,07	55,70	5-10
	<b>ПРОДЛЕНКА 60-00</b>						
119	Каша Дружба	200	7,14	8,82	44,28	283,27	26-75
695	Ватрушка с творогом	93	12,15	3,09	33,11	214,51	24-72
2	Батон школьный	50	4,29	1,91	29,18	150,45	3-43
686	Чай с лимоном	200/7	0,24	0,05	14,07	55,70	5-10

БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ с 5-9кл 146-00							
13	Салат из свежей капусты с раст.маслом	100	1,52	4,98	10,99	90,29	8-40
48	Суп Крестьянский с крупой	250	1,91	3,86	14,73	99,02	17-63
239	Котлета куриная	90	15,49	5,79	17,83	184,03	50-70
92	Картофельное пюре	150	3,09	5,31	21,58	145,34	28-14
2	Батон школьный	71,6	6,14	2,73	41,78	215,39	4-91
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	2-72
119	Каша Дружба	150/5	4,28	5,1	29,7	184,5	20-06
773	Булочка Веснушка	119	9,28	8,33	63,78	376,04	10-72
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	2-72
ПИТАНИЕ СПОРТСМЕНОВ 160-00							
13	Салат из свежей капусты с раст.маслом	100	1,52	4,98	10,99	90,29	8-40
48	Суп Крестьянский с крупой	250	1,91	3,86	14,73	99,02	17-63
239	Котлета куриная	90	15,49	5,79	17,83	184,03	50-70
92	Картофельное пюре	150	3,09	5,31	21,58	145,34	28-14
2	Батон школьный	71,6	6,14	2,73	41,78	215,39	4-91
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	2-72
686	Чай с лимоном	200/7	0,24	0,05	14,07	55,70	5-10
416	Ватрушка с сыром	103,1	12,37	12,78	28,04	274,24	42-40
Спорт.завтрак							
119	Каша Дружба	200	7,14	8,82	44,28	283,27	26-10
18	Плюшка московская	107,2	9,86	12,76	69,44	440,75	15-03
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
КОМПЛЕКС 100-00							
48	Суп Крестьянский с крупой	210	1,61	3,24	12,37	83,17	14-80
239	Котлета куриная	90	15,49	5,79	17,83	184,03	50-70
92	Картофельное пюре	150	3,09	5,31	21,58	145,34	28-14
2	Батон школьный	53	4,54	2,02	30,93	159,47	3-64
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	2-72

Директор

Зав. производством

ЛАМОВА Е.В.

ГЛЕБОВА С.В.





# МЕНЮ

ООО «Экспресс-сервис»

Столовая МБОУ «СОШ № 28»

Дата « 12 » ДЕКАБРЯ 2024 г.

ТТК	БЛЮДО состав	ВЫХОД гр.	БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ	ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ ккал	ЦЕНА, руб
	<b>САЛАТЫ</b>						
110	Салат «Экспресс» (краб.п,п/к,кукуруз,яйцо,картоф,морк,св.ог)	100	5,2	16,3	5,1	189	40-75
1	Салат из свежих огурцов	100	0,6	7,80	2,7	85	33-11
13	Салат из свежей капусты	100	1,52	4,98	10,99	90,29	8-40
	<b>ПЕРВОЕ</b>						
48	Суп Крестьянский с крупой	250/12,5/10	5,7	7,34	13,4	118,1	30-79
	<b>ВТОРОЕ</b>						
239	Котлета куриная	90	15,49	5,79	17,83	184,03	50-70
102	Отбивная из кур.филе с помид.	75/30	18,8	23,1	3,8	300	94-19
64	Печень по-страгоновски	50/50	15,2	21,8	3,02	270,0	44-13
79	Рыба с овощами	50/50	12,3	7,9	2,4	130	78-84
140	Зразы рубленые с грибами	70	2,4	7,8	6,2	108	69-46
	<b>ГАРНИРЫ</b>						
97	Макароны отварные	150	5,45	4,23	35,10	199,76	22-23
92	Картофельное пюре	150	3,09	5,31	21,58	145,34	28-14
510	Каша гречневая вязкая	150	4,47	4,94	23,28	149,48	15-94
511	Рис отварной	150	2,5	4,0	25,2	149	22-58
	<b>ВЫПЕЧКА</b>						
18	Плюшка Московская с маком	100	9,5	12,6	64,98	417	15-62
747	Сосиска в тесте	1/50	9,3	9,5	28,23	240	39-16
739	Слойка с изюмом	75	4,0	16,6	23,44	261	30-15
738	Пирожок с мясом и рисом	75	8,9	4,0	25,81	179	26-63

Директор

ВАРЛАМОВА Е.В.

Зав. производством

ГЛЕБОВА С.В.

