



МЕНЮ

ООО «Экспресс-сервис»

Столовая МБОУ «СОШ № 28»

Дата « 13 » ДЕКАБРЯ 2024 г.

ТТК	БЛЮДО состав	ВЫХОД гр.	БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ	ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ ккал	ЦЕНА, руб
	ЗАВТРАК 75-00						
302	Каша овсяная молочная	200	8,99	10,31	44,23	298,62	26-86
112	Омлет натуральный	56,9	4,97	6,03	1,22	78,90	23-02
2	Батон школьный	50	4,29	1,91	29,18	150,45	3-43
393	Какао с молоком	200	3,79	3,04	26,05	139,86	21-69
	ОБЕД 112-50						
132	Рассольник Ленинградский	250	2,17	3,97	17,20	111,47	22-75
252	Сметана	5	0,12	0,98	0,17	10,06	2-12
67	Биточек Диетический (свинина)	90	11,55	26,04	2,75	289,99	58-30
97	Макаронны отварные	150	5,45	4,23	35,10	199,76	22-23
2	Батон школьный	63,9	5,48	2,44	37,27	192,13	4-38
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	2-72
	БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ 75-00 (тжс,многодетные,малообеспеченные)						
132	Рассольник Ленинградский	200	1,74	3,18	13,76	89,18	18-20
271	Котлета домашняя	50	2,91	7,17	6,41	101,53	31-18
97	Макаронны отварные	150	5,45	4,23	35,10	199,76	22-23
2	Батон школьный	20	1,71	0,76	11,67	60,18	0-67
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	2-72
	БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ с 1-4 кл 133-44						
132	Рассольник Ленинградский	250	2,17	3,97	17,20	111,47	22-75
252	Сметана,	5	0,12	0,98	0,17	10,06	2-12
67	Биточек Диетический (свинина)	90	11,55	26,04	2,75	289,99	58-30
97	Макаронны отварные	150	5,45	4,23	35,10	199,76	22-23
2	Батон школьный	63,9	5,48	2,44	37,27	192,13	4-38
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	2-72
738	Пирожок печ.с яйцом	81	7,55	6,91	26,02	200,88	18-22
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	2-72
	ПРОДЛЕНКА 60-00						
302	Каша овсяная молочная	200/5	8,99	10,31	44,23	298,62	26-86
30	Слойка с сахаром	68	26,11	10,69	34,72	339,09	28-71
2	Батон школьный	25	2,14	0,95	14,59	75,22	1-71
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	2-72

БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ с 5-9кл 146-00							
132	Рассольник Ленинградский	250	2,17	3,97	17,20	111,47	22-75
252	Сметана	5	0,12	0,98	0,17	10,06	2-12
67	Биточек Диетический (свинина)	90	11,55	26,04	2,75	289,99	58-30
97	Макароны отварные	150	5,45	4,23	35,10	199,76	22-23
2	Батон школьный	63,9	5,48	2,44	37,27	192,13	4-38
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	2-72
302	Каша овсяная молочная	150/5	6,74	7,73	33,17	223,96	20-15
779	Булочка молочная	72	6,76	1,72	37,44	198,72	7-20
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	2-72
2	Батон школьный	50	4,29	1,91	29,18	150,45	3-43
ПИТАНИЕ СПОРТСМЕНОВ 160-00							
132	Рассольник Ленинградский	250	2,17	3,97	17,20	111,47	22-75
252	Сметана	5	0,12	0,98	0,17	10,06	2-12
67	Биточек Диетический (свинина)	90	11,55	26,04	2,75	289,99	58-30
97	Макароны отварные	150	5,45	4,23	35,10	199,76	22-23
2	Батон школьный	63,9	5,48	2,44	37,27	192,13	4-38
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	2-72
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	2-72
165	Пицца школьная	103	12,15	17,30	27,29	307,97	44-78
Спорт.завтрак							
302	Каша овсяная молочная	200/5	8,99	10,31	44,23	298,62	26-86
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	2-72
2	Батон школьный	40	3,43	1,52	23,34	120,36	2-70
221	Сдоба с вареной сгущенкой	100	7,9	5,6	53	299	15-22
КОМПЛЕКС 100-00							
132	Рассольник Ленинградский	150	1,30	2,38	10,32	89,18	13-65
67	Биточек Диетический (свинина)	90	11,55	26,04	2,75	289,99	58-30
97	Макароны отварные	150	5,45	4,23	35,10	199,76	22-23
2	Батон школьный	46	3,94	1,75	26,84	138,41	3-10
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	2-72

Директор

ВАРЛАМОВА Е.В.

Зав. производством

ГЛЕБОВА С.В.





МЕНЮ

ООО «Экспресс-сервис»

Столовая МБОУ «СОШ № 28»

Дата « 13 » ДЕКАБРЯ 2024 г.

ТТК	<u>БЛЮДО</u> состав	ВЫХОД гр.	БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ	ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ ккал	ЦЕНА, руб
	САЛАТЫ						
13	Сельдь под шубой	100	6,0	19,3	6,1	222	30-72
108	Салат «Татьяна» (морск, краб. п, св. ог, яйц)	100	2,6	8,4	1,0	90	43-63
	СУПА						
132	Рассольник Ленинградский	250/12,5/10	6,04	7,7	15,74	131,22	35-91
	ВТОРЫЕ						
271	Котлета домашняя	50	2,91	7,17	6,41	101,53	31-18
80	Мясо по-Албански (кур. филе, помид)	75	14,2	6,0	2,35	121,0	59-67
164	Рыба запеченная с помидорами	50/25	15,1	11,4	2,9	176	83-59
155	Гуляш куриный	50/50	16,4	5,4	1,8	122,0	49-87
67	Биточек Диетический (свин, капуста)	90	11,55	26,04	2,75	289,99	58-30
	ГАРНИРЫ						
97	Макароны отварные	150	5,45	4,23	35,10	199,76	22-23
518	Картофель отварной	150	3,0	4,9	24,5	161	24-98
510	Каша гречневая вязкая	150	4,47	4,94	23,28	149,48	15-94
	ВЫПЕЧКА						
738	Пирожок с мясом	75	9,9	3,8	24,3	175	31-52
738	Пирожок с яйцом	75	7,0	6,4	24,1	186	17-03
161	Слойка с вареной сгущенкой	75	27,0	11,0	29,6	326	37-89
747	Сосиска в тесте	1/50	9,3	9,5	28,23	240	39-16

Директор

ВАРЛАМОВА Е.В.

Зав. производством

ГЛЕБОВА С.В.

