



МЕНЮ

ООО «Экспресс-сервис»

Столовая МБОУ «СОШ № 28»

Дата « 14 » АПРЕЛЯ 2025 г.

| ТТК | БЛЮДО состав | ВЫХОД гр. | БЕЛКИ | ЖИРЫ | УГЛЕВОДЫ | ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ ккал | ЦЕНА, руб |
|----------|---|--------------|-------|-------|----------|------------------------------------|--------------|
| | ЗАВТРАК 81-00 (с 7-11 лет) | | | | | | |
| 81 | Фрикадельки Петушок (кур.) | 60 | 10,97 | 3,13 | 5,61 | 94,34 | 44-61 |
| 94/2008 | Рис припущенный | 160 | 3,71 | 4,60 | 39,08 | 213,10 | 21-31 |
| 528/1994 | Соус красный основной | 50 | 0,38 | 0,91 | 3,0 | 21,39 | 1-84 |
| 147 | Чай с молоком | 200 | 1,55 | 1,14 | 15,94 | 77,03 | 8-36 |
| 2 | Батон школьный | 67,4 | 5,78 | 2,57 | 39,34 | 202,84 | 4-88 |
| | ОБЕД 121-50 (с 7-11 лет) | | | | | | |
| 41 | Щи из св.капусты и картофелем | 210 | 1,42 | 3,20 | 8,22 | 64,68 | 19-30 |
| 197 | Окорочок куриный (1 блюдо) | 12,5 | 3,60 | 1,74 | 0,00 | 30,10 | 10-34 |
| 75 | Котлета Детская (свинина) | 90 | 12,36 | 24,43 | 12,41 | 318,05 | 64-11 |
| 510 | Каша гречневая вязкая | 150 | 4,47 | 4,94 | 23,28 | 149,48 | 15-94 |
| 2 | Батон школьный | 76,7 | 6,57 | 2,92 | 44,74 | 230,68 | 5-55 |
| 685 | Чай с лимоном | 200/7 | 0,24 | 0,05 | 14,07 | 55,70 | 6-26 |
| | БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ 81-00 (тжс,многодетные,малообеспечен,овз) | | | | | | |
| 81 | Фрикадельки Петушок (кур.) | 60 | 10,97 | 3,13 | 5,61 | 94,34 | 44-61 |
| 94/2008 | Рис припущенный | 160 | 3,71 | 4,60 | 39,08 | 213,10 | 21-31 |
| 528/1994 | Соус красный основной | 50 | 0,38 | 0,91 | 3,0 | 21,39 | 1-84 |
| 147 | Чай с молоком | 200 | 1,55 | 1,14 | 15,94 | 77,03 | 8-36 |
| 2 | Батон школьный | 67,4 | 5,78 | 2,57 | 39,34 | 202,84 | 4-88 |
| | БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ с 1-4 кл 144-12 | | | | | | |
| 41 | Щи из св.капусты и картофелем | 210 | 1,42 | 3,20 | 8,22 | 64,68 | 19-30 |
| 197 | Окорочок куриный (1 блюдо) | 12,5 | 3,60 | 1,74 | 0,00 | 30,10 | 10-34 |
| 75 | Котлета Детская (свинина) | 90 | 12,36 | 24,43 | 12,41 | 318,05 | 64-11 |
| 510 | Каша гречневая вязкая | 150 | 4,47 | 4,94 | 23,28 | 149,48 | 15-94 |
| 2 | Батон школьный | 76,7 | 6,57 | 2,92 | 44,74 | 230,68 | 5-55 |
| 685 | Чай с лимоном | 200/7 | 0,24 | 0,05 | 14,07 | 55,70 | 6-26 |
| 738 | Пирожок с картоф.и мясом | 92,5 | 7,65 | 4,07 | 31,80 | 199,8 | 19-75 |
| 685 | Чай с сахаром | 200 | 0,18 | 0,04 | 13,76 | 53,23 | 2-87 |
| | ПРОДЛЕНКА 60-00 | | | | | | |
| 302 | Каша манная молочная | 200/5 | 7,23 | 7,03 | 40,76 | 253,3 | 27-78 |
| ТТК 16 | Ватрушка с картофелем | 76,5 | 2,05 | 7,33 | 8,03 | 107,1 | 27-54 |
| 2 | Батон школьный | 25 | 2,14 | 0,95 | 14,59 | 75,22 | 1-81 |
| 685 | Чай с сахаром | 200 | 0,18 | 0,04 | 13,76 | 53,23 | 2-87 |

| БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ с 5-9кл 157-68 | | | | | | | |
|-----------------------------------|--------------------------------|-------|-------|-------|-------|--------|-------|
| 41 | Щи из св.капусты и картофелем | 210 | 1,42 | 3,20 | 8,22 | 64,68 | 19-30 |
| 197 | Окорочок куриный (1 блюдо) | 12,5 | 3,60 | 1,74 | 0,00 | 30,10 | 10-34 |
| 75 | Котлета Детская (свинина) | 90 | 12,36 | 24,43 | 12,41 | 318,05 | 64-11 |
| 510 | Каша гречневая вязкая | 150 | 4,47 | 4,94 | 23,28 | 149,48 | 15-94 |
| 2 | Батон школьный | 76,7 | 6,57 | 2,92 | 44,74 | 230,68 | 5-55 |
| 685 | Чай с лимоном | 200/7 | 0,24 | 0,05 | 14,07 | 55,70 | 6-26 |
| | | | | | | | |
| 302 | Каша манная молочная | 150/5 | 5,3 | 5,1 | 27,5 | 180 | 20-84 |
| 770 | Булочка Дорожная | 106,5 | 7,24 | 4,26 | 55,16 | 293,94 | 10-66 |
| 685 | Чай с сахаром | 200 | 0,18 | 0,04 | 13,76 | 53,23 | 2-87 |
| 2 | Батон школьный | 25 | 2,14 | 0,95 | 14,59 | 75,22 | 1-81 |
| | | | | | | | |
| ПИТАНИЕ СПОРТСМЕНОВ 160-00 | | | | | | | |
| 41 | Щи из св.капусты и картофелем | 210 | 1,42 | 3,20 | 8,22 | 64,68 | 19-30 |
| 197 | Окорочок куриный (1 блюдо) | 12,5 | 3,60 | 1,74 | 0,00 | 30,10 | 10-34 |
| 75 | Котлета Детская (свинина) | 90 | 12,36 | 24,43 | 12,41 | 318,05 | 64-11 |
| 510 | Каша гречневая вязкая | 150 | 4,47 | 4,94 | 23,28 | 149,48 | 15-94 |
| 2 | Батон школьный | 76,7 | 6,57 | 2,92 | 44,74 | 230,68 | 5-55 |
| 685 | Чай с лимоном | 200/7 | 0,24 | 0,05 | 14,07 | 55,70 | 6-26 |
| | | | | | | | |
| 685 | Чай с сахаром | 200 | 0,18 | 0,04 | 13,76 | 53,23 | 2-87 |
| 738 | Пирожок печеный с мясом | 78 | 10,29 | 3,95 | 25,27 | 181,99 | 35-63 |
| | | | | | | | |
| Спорт.завтрак | | | | | | | |
| 302 | Каша манная молочная | 170/5 | 6,00 | 5,78 | 31,16 | 204 | 22-98 |
| 738 | Пирожок печеный с картофелем | 75 | 4,7 | 3,2 | 27,2 | 161 | 9-52 |
| 685 | Чай с сахаром | 200 | 0,18 | 0,04 | 13,76 | 53,23 | 2-87 |
| 2 | Батон школьный | 25 | 2,14 | 0,95 | 14,59 | 75,22 | 1-81 |
| | | | | | | | |
| КОМПЛЕКС 110-00 | | | | | | | |
| 41 | Щи из св.капусты и картофелем | 210 | 1,42 | 3,20 | 8,22 | 64,68 | 19-30 |
| 75 | Котлета Детская (свинина,яйцо) | 90 | 12,36 | 24,43 | 12,41 | 318,05 | 64-11 |
| 510 | Каша гречневая вязкая | 150 | 4,47 | 4,94 | 23,28 | 149,48 | 15-94 |
| 2 | Батон школьный | 61,0 | 5,23 | 2,33 | 35,59 | 183,54 | 4-39 |
| 685 | Чай с сахаром | 200 | 0,18 | 0,04 | 13,76 | 53,23 | 2-87 |



Директор



ВАРЛАМОВА Е.В.

Зав. производством

ГЛЕБОВА С.В.





МЕНЮ

ООО «Экспресс-сервис»

Столовая МБОУ «СОШ № 28»

Дата « 14 » АПРЕЛЯ 2025 г.

| ГТК | БЛЮДО состав | ВЫХОД гр. | БЕЛКИ | ЖИРЫ | УГЛЕВОДЫ | ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ ккал | ЦЕНА, руб |
|-----|--|--------------|-------|-------|----------|------------------------------------|--------------|
| | САЛАТЫ | | | | | | |
| 39 | Салат из морской капусты с яйцом | 80 | 3,2 | 8,9 | 0,5 | 95 | 45-67 |
| 23 | Салат из краб.палочек с кукур.и св.огур. | 100 | 4,0 | 10,3 | 10,29 | 151 | 29-65 |
| | ПЕРВОЕ | | | | | | |
| 41 | Щи из свежей капусты с картофелем | 250/12,5/10 | 5,62 | 8,32 | 8,47 | 135,16 | 35-44 |
| | ВТОРОЕ | | | | | | |
| 81 | Фрикадельки « Петушок» | 60 | 10,97 | 3,13 | 5,61 | 94,34 | 44-61 |
| 75 | Котлета Детская (свинина,яйцо) | 90 | 12,36 | 24,43 | 12,41 | 318,05 | 64-11 |
| 102 | Отбивные из кур.филе с помидор. | 75/30 | 18,8 | 23,1 | 3,8 | 300 | 101-48 |
| 378 | Рыба с луком (горбуша) | 50/15 | 9,9 | 3,0 | 4,1 | 85 | 79-88 |
| 439 | Печень тушеная в соусе | 50/50 | 13,4 | 15,5 | 3,4 | 208 | 45-56 |
| | ГАРНИРЫ | | | | | | |
| 94 | Рис припущенный | 150 | 3,48 | 4,31 | 36,63 | 199,78 | 19-98 |
| 510 | Каша гречневая вязкая | 150 | 4,47 | 4,94 | 23,28 | 149,48 | 15-94 |
| 97 | Макароны отварные | 150 | 5,45 | 4,23 | 35,10 | 199,76 | 22-23 |
| 522 | Картофель запеченый | 150 | 2,7 | 9,3 | 21,5 | 187 | 27-40 |
| | ВЫПЕЧКА | | | | | | |
| 747 | Сосиска в тесте | 1/50 | 9,3 | 9,5 | 28,23 | 240 | 42-04 |
| 738 | Пирожок с мясом | 75 | 9,9 | 3,8 | 24,3 | 175 | 34-53 |
| 18 | Плюшка Московская с маком | 100 | 9,5 | 12,6 | 64,98 | 417 | 16-54 |
| 161 | Слойка с вареной сгущенкой | 75 | 27,0 | 11,0 | 29,6 | 326 | 40-68 |


 Директор ВАРЛАМОВА Е.В.

 Зав. производством ГЛЕБОВА С.В.

