



МЕНЮ

ООО «Экспресс-сервис»

Столовая МБОУ «СОШ № 28»

Дата « 14 » НОЯБРЯ 2024 г.

ТТК	БЛЮДО состав	ВЫХОД гр.	БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ	ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ ккал	ЦЕНА, руб
	ЗАВТРАК 75-00						
268	Десерт в фруктовом соусе	99,7	0,45	0,25	32,63	126,52	22-60
119	Каша Дружба	200	7,14	8,82	44,28	283,27	26-10
686	Чай с лимоном	200/7	0,24	0,05	14,07	55,70	5-31
738	Пирожок с мясом	50	6,62	2,53	16,06	117,03	20-99
	ОБЕД 112-50						
13	Салат из свежей капусты с раст.маслом	60	0,91	2,99	6,59	54,17	4-69
48	Суп Крестьянский с крупой	210	1,61	3,24	12,37	83,17	14-48
197	Окорочок курин.(1 блюдо)	12,5	3,60	1,74	0,00	30,10	11-04
239	Котлета куриная	90	15,49	5,79	17,83	184,03	47-53
92	Картофельное пюре	150	3,09	5,31	21,58	145,34	28-08
2	Батон школьный	54,5	4,67	2,08	31,81	163,99	3-76
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	2-92
	БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ 75-00 (тжс,многодетные,малообеспеченные)						
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
	БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ с 1-4 кл 133-44						
13	Салат из свежей капусты с раст.маслом	60	0,91	2,99	6,59	54,17	4-69
48	Суп Крестьянский с крупой	210	1,61	3,24	12,37	83,17	14-48
197	Окорочок курин.(1 блюдо)	12,5	3,60	1,74	0,00	30,10	11-04
239	Котлета куриная	90	15,49	5,79	17,83	184,03	47-53
92	Картофельное пюре	150	3,09	5,31	21,58	145,34	28-08
2	Батон школьный	54,5	4,67	2,08	31,81	163,99	3-76
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	2-92
18	Плюшка Московская с маком	100	9,5	12,6	64,98	417	15-63
686	Чай с лимоном	200/7	0,24	0,05	14,07	55,70	5-31
	ПРОДЛЕНКА 60-00						
119	Каша Дружба	200	7,14	8,82	44,28	283,27	26-10
76	Рулетик с маком	88	7,22	2,82	46,99	271,35	25-14
2	Батон школьный	50	4,29	1,91	29,18	150,45	3-45
686	Чай с лимоном	200/7	0,24	0,05	14,07	55,70	5-31

БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ с 5-9кл 146-00							
13	Салат из свежей капусты с раст.маслом	60	0,91	2,99	6,59	54,17	4-69
48	Суп Крестьянский с крупой	210	1,61	3,24	12,37	83,17	14-48
197	Окорочок курин.(1 блюдо)	12,5	3,60	1,74	0,00	30,10	11-04
239	Котлета куриная	90	15,49	5,79	17,83	184,03	47-53
92	Картофельное пюре	150	3,09	5,31	21,58	145,34	28-08
2	Батон школьный	54,5	4,67	2,08	31,81	163,99	3-76
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	2-92
119	Каша Дружба	150/5	4,28	5,1	29,7	184,5	19-57
770	Булочка Дорожная	111	7,55	4,44	57,50	306,36	11-01
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	2-92
ПИТАНИЕ СПОРТСМЕНОВ 160-00							
13	Салат из свежей капусты с раст.маслом	60	0,91	2,99	6,59	54,17	4-69
48	Суп Крестьянский с крупой	210	1,61	3,24	12,37	83,17	14-48
197	Окорочок курин.(1 блюдо)	12,5	3,60	1,74	0,00	30,10	11-04
239	Котлета куриная	90	15,49	5,79	17,83	184,03	47-53
92	Картофельное пюре	150	3,09	5,31	21,58	145,34	28-08
2	Батон школьный	54,5	4,67	2,08	31,81	163,99	3-76
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	2-92
686	Чай с лимоном	200/7	0,24	0,05	14,07	55,70	5-31
416	Ватрушка с сыром	106	12,72	13,14	28,83	290,44	42-19
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							
13	Салат из свежей капусты с раст.маслом	60	0,91	2,99	6,59	54,17	4-69
48	Суп Крестьянский с крупой	210	1,61	3,24	12,37	83,17	14-48
239	Котлета куриная	90	15,49	5,79	17,83	184,03	47-53
92	Картофельное пюре	150	3,09	5,31	21,58	145,34	28-08
2	Батон школьный	33,34	2,86	1,27	19,46	100,32	2-30
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	2-92

Директор

ВАРЛАМОВА Е.В.

Зав. производством

ГЛЕБОВА С.В.





МЕНЮ

ООО «Экспресс-сервис»

Столовая МБОУ «СОШ № 28»

Дата « 14 » НОЯБРЯ 2024 г.

ТТК	БЛЮДО состав	ВЫХОД гр.	БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ	ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ ккал	ЦЕНА, руб
	САЛАТЫ						
110	Салат «Экспресс» (краб.п,п/к,кукуруз,яйцо,картоф,морк,св.ор)	100	5,2	16,3	5,1	189	39-30
1	Салат из свежих огурцов	100	0,6	7,80	2,7	85	22-13
13	Салат из свежей капусты	100	1,5	4,,5	8,5	83	7-83
	ПЕРВОЕ						
48	Суп Крестьянский с крупой	250/12,5/10	5,7	7,34	13,4	118,1	30-27
	ВТОРОЕ						
77	Котлета Здоровье (свинина)	50	6,51	11,22	2,74	137,56	32-68
239	Котлета куриная	90	15,49	5,79	17,83	184,03	47-53
102	Отбивная из кур.филе с помид.	75/30	18,8	23,1	3,8	300	87-61
64	Печень по-страгоновски	50/50	15,2	21,8	3,02	270,0	43-73
148	Рыба в омлете	95	17,4	10,8	5,2	188	109-00
	ГАРНИРЫ						
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	28-08
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	22-05
	ВЫПЕЧКА						
161	Слойка с вареной сгущенкой	75	27,0	11,0	29,6	326	37-87
18	Плюшка Московская с маком	100	9,5	12,6	64,98	417	15-66
747	Сосиска в тесте	1/50	9,3	9,5	28,23	240	39-15
739	Слойка с изюмом	75	4,0	16,6	23,44	261	30-17
738	Пирожок с мясом и рисом	75	8,9	4,0	25,81	179	26-58

Директор  ВАРЛАМОВА Е.В.

Зав. производством  ГЛЕБОВА С.В.

