



# МЕНЮ

ООО «Экспресс-сервис»

Столовая МБОУ «СОШ № 28»

Дата « 15 » НОЯБРЯ 2024 г.

ТТК	<u>БЛЮДО</u> <i>состав</i>	<u>ВЫХОД</u> <i>гр.</i>	<u>БЕЛКИ</u>	<u>ЖИРЫ</u>	<u>УГЛЕВОДЫ</u>	<u>ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ</u> <i>ккал</i>	<u>ЦЕНА</u> <i>руб</i>
	<b>ЗАВТРАК 75-00</b>						
302	Каша овсяная молочная	200	8,99	10,31	44,23	298,62	26-68
112	Омлет натуральный	57,4	5,02	6,09	1,23	79,65	23-18
2	Батон школьный	50	4,29	1,91	29,18	150,45	3-45
393	Какао с молоком	200	3,79	3,04	26,05	139,86	21-69
	<b>ОБЕД 112-50</b>						
132	Рассольник Ленинградский	250	2,17	3,97	17,20	111,47	22-68
252	Сметана	5	0,12	0,98	0,17	10,06	1-99
67	Биточек Диетический (свинина)	90	11,55	26,04	2,75	289,99	58-06
97	Макароны отварные	150	5,45	4,23	35,10	199,76	22-23
2	Батон школьный	67	5,74	2,55	39,08	201,49	4-62
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	2-92
	<b>БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ 75-00</b> (тжс,многодетные,малообеспеченные)						
132	Рассольник Ленинградский	200	1,74	3,18	13,76	89,18	18-14
271	Котлета домашняя	50	2,91	7,17	6,41	101,53	31-14
97	Макароны отварные	150	5,45	4,23	35,10	199,76	22-23
2	Батон школьный	30	2,57	1,15	17,51	90,27	2-01
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>						
132	Рассольник Ленинградский	250	2,17	3,97	17,20	111,47	22-68
252	Сметана	5	0,12	0,98	0,17	10,06	1-99
67	Биточек Диетический (свинина)	90	11,55	26,04	2,75	289,99	58-06
97	Макароны отварные	150	5,45	4,23	35,10	199,76	22-23
2	Батон школьный	67	5,74	2,55	39,08	201,49	4-62
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	2-92
738	Пирожок печ.с яйцом	80	7,48	6,84	25,74	198,65	18-02
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	2-92
	<b>ПРОДЛЕНКА 60-00</b>						
302	Каша овсяная молочная	200/5	8,99	10,31	44,23	298,62	26-68
30	Слойка с сахаром	67	25,73	10,54	34,21	334,11	28-68
2	Батон школьный	25	2,14	0,95	14,59	75,22	1-72
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	2-92

БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ с 5-9кл 146-00							
132	Рассольник Ленинградский	250	2,17	3,97	17,20	111,47	22-68
252	Сметана	5	0,12	0,98	0,17	10,06	1-99
67	Биточек Диетический (свинина)	90	11,55	26,04	2,75	289,99	58-06
97	Макароны отварные	150	5,45	4,23	35,10	199,76	22-23
2	Батон школьный	67	5,74	2,55	39,08	201,49	4-62
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	2-92
302	Каша овсяная молочная	150/5	6,74	7,73	33,17	223,96	20-01
779	Булочка молочная	72,10	6,77	1,73	37,44	198,72	7-12
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
ПИТАНИЕ СПОРТСМЕНОВ 160-00							
132	Рассольник Ленинградский	250	2,17	3,97	17,20	111,47	22-68
252	Сметана	5	0,12	0,98	0,17	10,06	1-99
67	Биточек Диетический (свинина)	90	11,55	26,04	2,75	289,99	58-06
97	Макароны отварные	150	5,45	4,23	35,10	199,76	22-23
2	Батон школьный	67	5,74	2,55	39,08	201,49	4-62
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	2-92
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	2-92
165	Пицца школьная	104	12,27	17,47	27,56	310,96	44-58
Спорт.завтрак							
302	Каша овсяная молочная	200/5	8,99	10,31	44,23	298,62	26-68
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
221	Сдоба с вареной сгущенкой	95	7,5	5,32	50,35	284,05	14-45
КОМПЛЕКС 100-00							
132	Рассольник Ленинградский	200	1,74	3,18	13,76	89,18	18-14
67	Биточек Диетический (свинина)	90	11,55	26,04	2,75	289,99	58-06
97	Макароны отварные	150	5,45	4,23	35,10	199,76	22-23
2	Батон школьный	39	3,35	1,49	22,76	117,35	3-34
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 « 15 » ОКТЯБРЯ, 2024 г.

ТТК	БЛЮДО состав	ВЫХОД гр.	БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ	ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ ккал	ЦЕНА, руб
	<b>САЛАТЫ</b>						
13	Сельдь под шубой	100	6,0	19,3	6,1	222	29-80
108	Салат «Татьяна» (морск, краб. п, св. ог, яйц)	100	2,6	8,4	1,0	90	40-81
201	Салат « Нежность» (кур, черносл, св. ог, яйц)	100	8,2	21,1	7,7	256	55-54
	<b>СУПА</b>						
132	Рассольник Ленинградский	250/12,5/10	6,04	7,7	15,74	131,22	35-71
	<b>ВТОРЫЕ</b>						
271	Котлета домашняя	50	2,91	7,17	6,41	101,53	31-14
80	Мясо по-Албански (кур. филе, помид)	75	14,2	6,0	2,35	121,0	55-34
164	Рыба запеченная с помидорами	50/25	15,1	11,4	2,9	176	77-29
155	Гуляш куриный	50/50	16,4	5,4	1,8	122,0	46-70
67	Биточек Диетический (свин, капуста)	90	11,55	26,04	2,75	289,99	58-06
	<b>ГАРНИРЫ</b>						
97	Макароньы 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
	<b>ВЫПЕЧКА</b>						
738	Пирожок с мясом	75	9,9	3,8	24,3	175	31-49
416	Ватрушка с сыром	100	12,0	12,4	27,2	274	40-17
738	Пирожок с яйцом	75	7,0	6,4	24,1	186	17-00
161	Слойка с вареной сущенкой	75	27,0	11,0	29,6	326	37-87
747	Сосиска в тесте	1/50	9,3	9,5	28,23	240	39-15

Директор

ВАРЛАМОВА Е.В.

Зав. производством

ГЛЕБОВА С.В.

