



# МЕНЮ

ООО «Экспресс-сервис»

Столовая МБОУ «СОШ № 28»

Дата « 16 » АПРЕЛЯ 2025 г.

| ТТК                                                                     | <u>БЛЮДО</u><br>состав          | ВЫХОД<br>гр. | БЕЛКИ | ЖИРЫ  | УГЛЕВОДЫ | ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ<br>ЦЕННОСТЬ<br>ккал | ЦЕНА,<br>руб. |
|-------------------------------------------------------------------------|---------------------------------|--------------|-------|-------|----------|------------------------------------|---------------|
| <b>ЗАВТРАК 81-00</b>                                                    |                                 |              |       |       |          |                                    |               |
| ТТК 248                                                                 | Котлета рыбная (минтай с яйцом) | 50           | 6,90  | 4,52  | 7,68     | 98,80                              | 31-03         |
| 92                                                                      | Картофельная пюре               | 150          | 3,09  | 5,31  | 21,58    | 145,34                             | 37-33         |
| 2                                                                       | Батон школьный                  | 50           | 4,29  | 1,91  | 29,18    | 150,45                             | 3-62          |
| 685                                                                     | Чай с сахаром                   | 200          | 0,18  | 0,04  | 13,76    | 53,23                              | 2-87          |
| 770                                                                     | Булочка Дорожная                | 61           | 4,14  | 2,43  | 32,87    | 168,47                             | 6-15          |
| <b>ОБЕД 121-50</b>                                                      |                                 |              |       |       |          |                                    |               |
| 46                                                                      | Суп картофельный с макарон.изд. | 250          | 2,67  | 2,21  | 20,35    | 110,39                             | 21-72         |
| 197                                                                     | Окорочое курин. (1 блюдо)       | 12,5         | 3,60  | 1,74  | 0,00     | 30,10                              | 10-34         |
| 76                                                                      | Котлета Загадка (свинина)       | 90           | 11,43 | 22,35 | 10,21    | 286,74                             | 60-89         |
| 510                                                                     | Каша пшеничная вязкая           | 150          | 4,08  | 4,94  | 23,89    | 155,94                             | 12-93         |
| 2                                                                       | Батон школьный                  | 43,9         | 3,77  | 1,68  | 25,64    | 132,19                             | 3-18          |
| 705                                                                     | Напиток из шиповника            | 200          | 0,64  | 0,25  | 31,18    | 118,98                             | 12-44         |
| <b>БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ 81-00</b><br>(тжс,многодетные,малообеспечен.,овз) |                                 |              |       |       |          |                                    |               |
| ТТК 248                                                                 | Котлета рыбная (минтай с яйцом) | 50           | 6,90  | 4,52  | 7,68     | 98,80                              | 31-03         |
| 92                                                                      | Картофельная пюре               | 150          | 3,09  | 5,31  | 21,58    | 145,34                             | 37-33         |
| 2                                                                       | Батон школьный                  | 50           | 4,29  | 1,91  | 29,18    | 150,45                             | 3-62          |
| 685                                                                     | Чай с сахаром                   | 200          | 0,18  | 0,04  | 13,76    | 53,23                              | 2-87          |
| 770                                                                     | Булочка Дорожная                | 61           | 4,14  | 2,43  | 32,87    | 168,47                             | 6-15          |
| <b>БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ с 1-4 кл 144-12</b>                               |                                 |              |       |       |          |                                    |               |
| 46                                                                      | Суп картофельный с макарон.изд. | 250          | 2,67  | 2,21  | 20,35    | 110,39                             | 21-72         |
| 197                                                                     | Окорочое курин. (1 блюдо)       | 12,5         | 3,60  | 1,74  | 0,00     | 30,10                              | 10-34         |
| 76                                                                      | Котлета Загадка (свинина)       | 90           | 11,43 | 22,35 | 10,21    | 286,74                             | 60-89         |
| 510                                                                     | Каша пшеничная вязкая           | 150          | 4,08  | 4,94  | 23,89    | 155,94                             | 12-93         |
| 2                                                                       | Батон школьный                  | 43,9         | 3,77  | 1,68  | 25,64    | 132,19                             | 3-18          |
| 705                                                                     | Напиток из шиповника            | 200          | 0,64  | 0,25  | 31,18    | 118,98                             | 12-44         |
| ТТК 56                                                                  | Рогалик с маком                 | 93           | 8,46  | 10,23 | 49,01    | 328,29                             | 16-36         |
| 686                                                                     | Чай с лимоном                   | 200/7        | 0,24  | 0,05  | 14,07    | 55,70                              | 6-26          |
| <b>ПРОДЛЕНКА 60-00</b>                                                  |                                 |              |       |       |          |                                    |               |
| 302                                                                     | Каша пшеничная молочная         | 200/5        | 5,7   | 6,8   | 39,6     | 246                                | 34-54         |
| 416                                                                     | Ватрушка с сыром                | 45           | 5,4   | 5,58  | 12,24    | 123,3                              | 20-78         |
| 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          |

|     |                                          |       |       |       |       |        |       |
|-----|------------------------------------------|-------|-------|-------|-------|--------|-------|
|     |                                          |       |       |       |       |        |       |
|     | <b>БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ с 5-9кл 157-68</b> |       |       |       |       |        |       |
| 46  | Суп картофельный с макарон.изд.          | 250   | 2,67  | 2,21  | 20,35 | 110,39 | 21-72 |
| 197 | Окорочое курин. (1 блюдо)                | 12,5  | 3,60  | 1,74  | 0,00  | 30,10  | 10-34 |
| 76  | Котлета Загадка (свинина)                | 90    | 11,43 | 22,35 | 10,21 | 286,74 | 60-89 |
| 510 | Каша пшенная вязкая                      | 150   | 4,08  | 4,94  | 23,89 | 155,94 | 12-93 |
| 2   | Батон школьный                           | 43,9  | 3,77  | 1,68  | 25,64 | 132,19 | 3-18  |
| 705 | Напиток из шиповника                     | 200   | 0,64  | 0,25  | 31,18 | 118,98 | 12-44 |
|     |                                          |       |       |       |       |        |       |
| 416 | Ватрушка с сыром                         | 72    | 8,64  | 8,92  | 19,58 | 197,28 | 33-31 |
| 685 | Чай с сахаром                            | 200   | 0,18  | 0,04  | 13,76 | 53,23  | 2-87  |
|     |                                          |       |       |       |       |        |       |
|     |                                          |       |       |       |       |        |       |
|     | <b>ПИТАНИЕ СПОРТСМЕНОВ 160-00</b>        |       |       |       |       |        |       |
| 46  | Суп картофельный с макарон.изд.          | 250   | 2,67  | 2,21  | 20,35 | 110,39 | 21-72 |
| 197 | Окорочое курин. (1 блюдо)                | 12,5  | 3,60  | 1,74  | 0,00  | 30,10  | 10-34 |
| 76  | Котлета Загадка (свинина)                | 90    | 11,43 | 22,35 | 10,21 | 286,74 | 60-89 |
| 510 | Каша пшенная вязкая                      | 150   | 4,08  | 4,94  | 23,89 | 155,94 | 12-93 |
| 2   | Батон школьный                           | 43,9  | 3,77  | 1,68  | 25,64 | 132,19 | 3-18  |
| 705 | Напиток из шиповника                     | 200   | 0,64  | 0,25  | 31,18 | 118,98 | 12-44 |
|     |                                          |       |       |       |       |        |       |
| 685 | Чай с сахаром                            | 200   | 0,18  | 0,04  | 13,76 | 53,23  | 2-87  |
| 416 | Ватрушка с сыром                         | 76,5  | 9,18  | 9,48  | 20,80 | 209,61 | 35-63 |
|     |                                          |       |       |       |       |        |       |
|     | <b>Спорт.завтрак</b>                     |       |       |       |       |        |       |
| 302 | Каша пшеничная молочная                  | 150/5 | 5,7   | 6,8   | 39,6  | 246    | 25-91 |
| 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  |
| 770 | Булочка Дорожная                         | 78,5  | 5,33  | 3,14  | 40,66 | 216,66 | 7-91  |
|     |                                          |       |       |       |       |        |       |
|     |                                          |       |       |       |       |        |       |
|     | <b>КОМПЛЕКС 110-00</b>                   |       |       |       |       |        |       |
| 76  | Котлета Загадка (свинина)                | 90    | 11,43 | 22,35 | 10,21 | 286,74 | 60-89 |
| 92  | Картофельная пюре                        | 150   | 3,09  | 5,31  | 21,58 | 145,34 | 37-33 |
| 2   | Батон школьный                           | 76,5  | 6,56  | 2,92  | 44,64 | 230,18 | 5-52  |
| 686 | Чай с лимоном                            | 200/7 | 0,24  | 0,05  | 14,07 | 55,70  | 6-26  |
|     |                                          |       |       |       |       |        |       |
|     |                                          |       |       |       |       |        |       |

Директор \_\_\_\_\_ ВАРЛАМОВА Е.В.  
 Зав. производством \_\_\_\_\_ ГЛЕБОВА С.В.





# МЕНЮ

ООО «Экспресс-сервис»

Столовая МБОУ «СОШ № 28»

Дата « 16 » АПРЕЛЯ 2025 г.

| ТТК     | БЛЮДО<br>состав                    | ВЫХОД<br>гр. | БЕЛКИ | ЖИРЫ  | УГЛЕВОДЫ | ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ<br>ЦЕННОСТЬ<br>ккал | ЦЕНА,<br>руб. |
|---------|------------------------------------|--------------|-------|-------|----------|------------------------------------|---------------|
|         | <b>САЛАТЫ</b>                      |              |       |       |          |                                    |               |
| 6       | Салат Тазалык                      | 100          | 1,3   | 8,9   | 8,1      | 121                                | 39-96         |
| 68      | Салат Столичный                    | 100          | 6,6   | 17,0  | 4,75     | 200                                | 45-58         |
|         |                                    |              |       |       |          |                                    |               |
|         | <b>ПЕРВОЕ</b>                      |              |       |       |          |                                    |               |
| 46      | Суп картофельный с макар.изд.      | 250/12,5     | 6,27  | 3,95  | 20,35    | 140,49                             | 32-06         |
|         |                                    |              |       |       |          |                                    |               |
|         | <b>ВТОРОЕ</b>                      |              |       |       |          |                                    |               |
| 244     | Голубцы Нежность                   | 90/42        | 9,32  | 4,13  | 9,48     | 109,80                             | 56-23         |
| 76      | Котлета Загадка (свинина ,картоф.) | 90           | 11,43 | 22,35 | 10,21    | 286,74                             | 60-89         |
| 80      | Мясо по -Албански                  | 75           | 14,2  | 6,0   | 2,35     | 121,0                              | 65-65         |
| ТТК 248 | Котлета рыбная (минтай с яйцом)    | 50           | 6,90  | 4,52  | 7,68     | 98,80                              | 31-03         |
|         |                                    |              |       |       |          |                                    |               |
|         | <b>ГАРНИРЫ</b>                     |              |       |       |          |                                    |               |
| 92      | Картофельное пюре                  | 150          | 3,09  | 5,31  | 21,58    | 145,34                             | 37-33         |
| 510     | Каша пшеничная вязкая              | 150          | 4,08  | 4,94  | 23,89    | 155,94                             | 12-93         |
| 97      | Макароны отварные                  | 150          | 5,45  | 4,23  | 35,10    | 199,76                             | 22-23         |
| 510     | Гречневая каша вязкая              | 150          | 4,47  | 4,94  | 23,28    | 149,48                             | 15-94         |
|         |                                    |              |       |       |          |                                    |               |
|         |                                    |              |       |       |          |                                    |               |
|         | <b>ВЫПЕЧКА</b>                     |              |       |       |          |                                    |               |
| 747     | Сосиска в тесте                    | 1/50         | 9,3   | 9,5   | 28,23    | 240                                | 42-04         |
| 161     | Слойка с вареной сгущенкой         | 75           | 27,0  | 11,0  | 29,6     | 326                                | 40-68         |
| 416     | Ватрушка с сыром                   | 100          | 12,0  | 12,4  | 27,2     | 274                                | 46-74         |
| 221     | Сдоба с вареной сгущенкой          | 100          | 7,95  | 5,59  | 55,0     | 299,32                             | 17-79         |
|         |                                    |              |       |       |          |                                    |               |
|         |                                    |              |       |       |          |                                    |               |
|         |                                    |              |       |       |          |                                    |               |

Директор

ВАРЛАМОВА Е.В.

Зав. производством

ГЛЕБОВА С.В.

