



МЕНЮ

ООО «Экспресс-сервис»

Столовая МБОУ «СОШ № 28»

Дата « 19 » МАЯ 2025 г.

ТТК	БЛЮДО состав	ВЫХОД гр.	БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ	ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ ккал	ЦЕНА, руб
	ЗАВТРАК 81-00						
270	Котлета Московская	50	1,68	5,23	6,70	80,40	35-57
510	Каша гречневая вязкая	170	5,06	5,60	26,38	169,41	18-06
2	Батон школьный	76,0	6,51	2,90	44,34	228,60	5-50
280	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,06	19-00
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	2-87
	ОБЕД 121-50						
56	Суп из овощей	250	1,93	3,86	12,18	88,19	26-43
252	Сметана	5,0	0,12	0,98	0,17	10,06	2-12
77	Котлета Здоровье(свинина)	90	11,72	20,20	4,93	247,62	62-34
173	Каша вязкая пшеничная	150	4,28	8,56	31,76	219,27	22-49
2	Батон школьный	72,5	6,22	2,77	42,33	218,22	5-25
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	2-87
	БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ 81-00 (тжс,многодетные,малообеспечен.,овз)						
270	Котлета Московская	50	1,68	5,23	6,70	80,40	35-57
510	Каша гречневая вязкая	170	5,06	5,60	26,38	169,41	18-06
2	Батон школьный	76,0	6,51	2,90	44,34	228,60	5-50
280	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,06	19-00
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	2-87
	БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ с 1-4 кл 144-12						
56	Суп из овощей	250	1,93	3,86	12,18	88,19	26-43
252	Сметана	5,0	0,12	0,98	0,17	10,06	2-12
77	Котлета Здоровье(свинина)	90	11,72	20,20	4,93	247,62	62-34
173	Каша вязкая пшеничная	150	4,28	8,56	31,76	219,27	22-49
2	Батон школьный	72,5	6,22	2,77	42,33	218,22	5-25
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	2-87
695	Ватрушка с творогом	72	9,40	2,39	25,62	166,07	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
16	Ватрушка с картофелем	76,5	2,06	7,34	8,03	107,1	27-54
2	Батон школьный	25	2,15	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						
56	Суп из овощей	250	1,93	3,86	12,18	88,19	26-43
252	Сметана	5,0	0,12	0,98	0,17	10,06	2-12
77	Котлета Здоровье(свинина)	90	11,72	20,20	4,93	247,62	62-34
173	Каша вязкая пшеничная	150	4,28	8,56	31,76	219,27	22-49
2	Батон школьный	72,5	6,22	2,77	42,33	218,22	5-25
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	2-87
302	Каша манная молочная	150/5	5,3	5,1	27,5	180	20-84
770	Булочка Дорожная	90,5	6,15	3,62	46,88	249,78	9-08
686	Чай с лимоном	200/7	0,24	0,05	14,07	55,70	6-26
	ПИТАНИЕ СПОРТСМЕНОВ 160-00						
56	Суп из овощей	250	1,93	3,86	12,18	88,19	26-43
252	Сметана	5,0	0,12	0,98	0,17	10,06	2-12
77	Котлета Здоровье(свинина)	90	11,72	20,20	4,93	247,62	62-34
173	Каша вязкая пшеничная	150	4,28	8,56	31,76	219,27	22-49
2	Батон школьный	72,5	6,22	2,77	42,33	218,22	5-25
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	2-87
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	2-87
0161	Слойка с вареной сгущенкой	66	23,76	9,67	26,04	286,87	35-63
	Спорт.завтрак						
302	Каша манная молочная	150/5	5,3	5,1	27,5	180	20-84
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
18	Плюшка Московская	88	8,09	10,47	57,00	360,8	12-98
	КОМПЛЕКС 110-00						
56	Суп из овощей	230	1,77	3,55	11,20	81,13	24-30
252	Сметана	5	0,12	0,98	0,17	10,06	2-12
77	Котлета Здоровье(свинина)	90	11,72	20,20	4,93	247,62	62-34
510	Каша гречневая вязкая	150	4,47	4,94	23,28	149,48	15-94
2	Батон школьный	34	2,91	1,29	19,84	102,30	2-43
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	2-87



ВАРЛАМОВА Е.В.

ГЛЕБОВА С.В.





МЕНЮ

ООО «Экспресс-сервис»

Столовая МБОУ «СОШ № 28»

Дата « 19 » МАЯ 2025 г.

ТТК	<u>БЛЮДО</u> <u>состав</u>	<u>ВЫХОД</u> <u>гр.</u>	<u>БЕЛКИ</u>	<u>ЖИРЫ</u>	<u>УГЛЕВОДЫ</u>	<u>ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ</u> <u>ЦЕННОСТЬ</u> <u>ккал</u>	<u>ЦЕНА,</u> <u>руб</u>
	САЛАТЫ						
2	Салат из свеж.помидор с раст.маслом	100	1,0	5,1	3,8	69	58-16
23	Салат из крабовых палочек и кукурузы	100	4,0	10,3	10,29	151	28-74
	ПЕРВОЕ						
56	Суп из овощей с зеленым горошком	250/12,5/10	5,8	5,64	10,3	118,1	38-89
	ВТОРОЕ						
102	Отбивная из кур.филе с помидоркой	75/30	18,8	23,1	3,8	300	101-48
77	Котлета Здоровье(свинина,морк.)	90	11,72	20,20	4,93	247,62	62-34
270	Котлета Московская (свин,гов.)	50	1,68	5,23	6,70	80,40	35-57
378	Рыба с луком (горбуша)	50/15	9,9	3,0	4,1	85	79-88
217	Запеканка из печени (кур.печень,рис)	150	19,4	13,4	34,43	343,0	66-07
	ГАРНИРЫ						
510	Каша гречневая вязкая	150	4,47	4,94	23,28	149,48	15-94
97	Макароны отварные	150	36,3	28,0	222,2	332	22-23
173	Каша пшеничная вязкая	150	4,28	8,56	31,76	219,27	22-49
518	Картофель отварной	150	3,0	4,9	24,5	161	32-38
	ВЫПЕЧКА						
747	Сосиска в тесте	1/50	9,3	9,5	28,23	240	42-04
16	Ватрушка с картофелем	100	2,7	9,6	10,5	140	36-05
695	Ватрушка с творогом	75	9,8	2,5	26,7	173	20-72
161	Слойка с вареной сгущенкой	75	27,0	11,0	29,6	326	40-68



ВАРЛАМОВА Е.В.

ГЛЕБОВА С.В.

