



# МЕНЮ

ООО «Экспресс-сервис»

Столовая МБОУ «СОШ № 28»

Дата « 20 » ФЕВРАЛЯ 2025 г.

ТТК	БЛЮДО состав	ВЫХОД гр.	БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ	ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ ккал	ЦЕНА, руб
	<b>ЗАВТРАК 81-00</b>						
268	Десерт в фруктовом соусе	86,2	0,39	0,21	28,21	109,40	21-16
119	Каша Дружба	200	7,14	8,82	44,28	283,27	27-02
686	Чай с лимоном	200/7	0,24	0,05	14,07	55,70	5-22
738	Пирожок с мясом	60	7,95	3,03	20,47	140,44	27-60
	<b>ОБЕД 121-50</b>						
13	Салат из свежей капусты с раст.маслом	100	1,52	4,98	10,99	90,29	10-67
48	Суп Крестьянский с крупой	220	1,68	3,40	12,96	87,13	16-94
252	Сметана	5	0,12	0,98	0,17	10,06	2-12
239	Котлета куриная ( с луком)	90	15,49	5,79	17,83	184,03	52-75
92	Картофельное пюре	150	3,09	5,31	21,58	145,34	31-49
2	Батон школьный	64,9	5,57	2,48	37,89	195,35	4-70
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	2-83
	<b>БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ 81-00 (тжс,многодетные,малообеспеч.,сво)</b>						
239	Котлета куриная	90	15,49	5,79	17,83	184,03	52-75
97	Макароны отварные	150	5,45	4,23	35,10	199,76	22-23
2	Батон школьный	44,5	3,81	1,69	25,97	133,90	3-19
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	2-83
	<b>БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ с 1-4 кл 144-12</b>						
13	Салат из свежей капусты с раст.маслом	100	1,52	4,98	10,99	90,29	10-67
48	Суп Крестьянский с крупой	220	1,68	3,40	12,96	87,13	16-94
252	Сметана	5	0,12	0,98	0,17	10,06	2-12
239	Котлета куриная ( с луком)	90	15,49	5,79	17,83	184,03	52-75
92	Картофельное пюре	150	3,09	5,31	21,58	145,34	31-49
2	Батон школьный	64,9	5,57	2,48	37,89	195,35	4-70
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	2-83
16	Ватрушка с картофелем	60	1,62	5,76	6,3	84	19-79
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	2-83
	<b>ПРОДЛЕНКА 60-00</b>						
119	Каша Дружба	200	7,14	8,82	44,28	283,27	27-02
695	Ватрушка с творогом	89	8,72	2,96	31,68	205,29	24-14
2	Батон школьный	50	4,29	1,91	29,18	150,45	3-62
686	Чай с лимоном	200/7	0,24	0,05	14,07	55,70	5-22

БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ с 5-9кл 157-68							
13	Салат из свежей капусты с раст.маслом	100	1,52	4,98	10,99	90,29	10-67
48	Суп Крестьянский с крупой	220	1,68	3,40	12,96	87,13	16-94
252	Сметана	5	0,12	0,98	0,17	10,06	2-12
239	Котлета куриная ( с луком)	90	15,49	5,79	17,83	184,03	52-75
92	Картофельное пюре	150	3,09	5,31	21,58	145,34	31-49
2	Батон школьный	64,9	5,57	2,48	37,89	195,35	4-70
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	2-83
119	Каша Дружба	150/5	4,28	5,1	29,7	184,5	20-26
769	Булочка Домашняя	97,5	7,31	12,87	59,37	384,15	10-70
686	Чай с лимоном	200/7	0,24	0,05	14,07	55,70	5-22
ПИТАНИЕ СПОРТСМЕНОВ 160-00							
13	Салат из свежей капусты с раст.маслом	100	1,52	4,98	10,99	90,29	10-67
48	Суп Крестьянский с крупой	220	1,68	3,40	12,96	87,13	16-94
252	Сметана	5	0,12	0,98	0,17	10,06	2-12
239	Котлета куриная ( с луком)	90	15,49	5,79	17,83	184,03	52-75
92	Картофельное пюре	150	3,09	5,31	21,58	145,34	31-49
2	Батон школьный	64,9	5,57	2,48	37,89	195,35	4-70
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	2-83
686	Чай с лимоном	200/7	0,24	0,05	14,07	55,70	5-22
416	Ватрушка с сыром	62	7,44	7,68	16,86	169,88	33-28
Спорт.завтрак							
119	Каша Дружба	150/5	4,28	5,1	29,7	184,5	20-26
18	Плюшка московская	81	7,45	9,64	52,47	332,1	11-79
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	2-83
2	Батон школьный	50	4,29	1,91	29,18	150,45	3-62
КОМПЛЕКС 100-00							
13	Салат из свежей капусты с раст.маслом	100	1,52	4,98	10,99	90,29	10-67
239	Котлета куриная	90	15,49	5,79	17,83	184,03	52-75
92	Картофельное пюре	150	3,09	5,31	21,58	145,34	31-49
2	Батон школьный	31,5	2,70	1,20	18,38	94,78	2-26
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	2-83



Директор

Зав. производством



ВАРЛАМОВА Е.В.

ГЛЕБОВА С.В.





# МЕНЮ

ООО «Экспресс-сервис»

Столовая МБОУ «СОШ № 28»

Дата « 20 » ФЕВРАЛЯ 2025 г.

ТТК	БЛЮДО состав	ВЫХОД гр.	БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ	ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ ккал	ЦЕНА, руб
	<b>САЛАТЫ</b>						
30	Винегрет овощной	100	1,2	8,9	4,9	108	17-38
1	Салат из свежих огурцов	100	0,6	7,80	2,7	85	50-37
13	Салат из свежей капусты	100	1,52	4,98	10,99	90,29	10-67
	<b>ПЕРВОЕ</b>						
48	Суп Крестьянский с крупой	250/12,5/10	5,7	7,34	13,4	118,1	31-71
	<b>ВТОРОЕ</b>						
239	Котлета куриная	90	15,49	5,79	17,83	184,03	52-75
102	Отбивная из кур.филе с помид.	75/30	18,8	23,1	3,8	300	99-95
64	Печень по-страгоновски	50/50	15,2	21,8	3,02	270,0	43-35
385	Рыба Appetitная ( с капустой)	150	14,5	19,4	9,7	277	120-95
492	Плов из птицы ( филе)	50/100	10,2	12,5	26,3	258	63-54
	<b>ГАРНИРЫ</b>						
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	31-49
510	Каша гречневая вязкая	150	4,47	4,94	23,28	149,48	15-94
	<b>ВЫПЕЧКА</b>						
18	Плюшка Московская с маком	100	9,5	12,6	64,98	417	16-54
747	Сосиска в тесте	1/50	9,3	9,5	28,23	240	42-04
739	Слойка с изюмом	75	4,0	16,6	23,44	261	30-34
738	Пирожок с мясом и рисом	75	8,9	4,0	25,81	179	29-13



ВАРЛАМОВА Е.В.

ГЛЕБОВА С.В.

