



# МЕНЮ

ООО «Экспресс-сервис»

Столовая МБОУ «СОШ № 28»

Дата « 20 » МАЯ 2025 г.

| ТТК | БЛЮДО<br>состав                                                        | ВЫХОД<br>гр. | БЕЛКИ | ЖИРЫ  | УГЛЕВОДЫ | ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ<br>ЦЕННОСТЬ<br>ккал | ЦЕНА,<br>руб |
|-----|------------------------------------------------------------------------|--------------|-------|-------|----------|------------------------------------|--------------|
|     | <b>ЗАВТРАК 81-00</b>                                                   |              |       |       |          |                                    |              |
| 73  | Свекла с маслом                                                        | 79,8         | 1,01  | 7,08  | 7,39     | 93,16                              | 7-72         |
| 239 | Котлета куриная                                                        | 50           | 8,61  | 3,21  | 9,90     | 102,24                             | 29-46        |
| 92  | Картофельное 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         |
|     |                                                                        |              |       |       |          |                                    |              |
|     |                                                                        |              |       |       |          |                                    |              |
|     | <b>ОБЕД 121-50</b>                                                     |              |       |       |          |                                    |              |
| 138 | Суп картофельный с горохом                                             | 200          | 4,06  | 3,35  | 16,80    | 109,61                             | 17-18        |
| 76  | Котлета Загадка (свин,карт.)                                           | 90           | 11,43 | 22,35 | 10,21    | 286,74                             | 60-89        |
| 534 | Капуста тушеная                                                        | 150          | 3,36  | 4,03  | 17,08    | 110,61                             | 35-36        |
| 2   | Батон школьный                                                         | 73,5         | 6,30  | 2,80  | 42,90    | 221,17                             | 5-20         |
| 685 | Чай с сахаром                                                          | 200          | 0,18  | 0,04  | 13,76    | 53,23                              | 2-87         |
|     |                                                                        |              |       |       |          |                                    |              |
|     |                                                                        |              |       |       |          |                                    |              |
|     | <b>БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ 81-00<br/>(тжс,многодетные,малообеспеченные)</b> |              |       |       |          |                                    |              |
| 73  | Свекла с маслом                                                        | 79,8         | 1,01  | 7,08  | 7,39     | 93,16                              | 7-72         |
| 239 | Котлета куриная                                                        | 50           | 8,61  | 3,21  | 9,90     | 102,24                             | 29-46        |
| 92  | Картофельное 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         |
|     |                                                                        |              |       |       |          |                                    |              |
|     |                                                                        |              |       |       |          |                                    |              |
|     | <b>БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ с 1-4 кл 144-12</b>                              |              |       |       |          |                                    |              |
| 138 | Суп картофельный с горохом                                             | 200          | 4,06  | 3,35  | 16,80    | 109,61                             | 17-18        |
| 76  | Котлета Загадка (свин,карт.)                                           | 90           | 11,43 | 22,35 | 10,21    | 286,74                             | 60-89        |
| 534 | Капуста тушеная                                                        | 150          | 3,36  | 4,03  | 17,08    | 110,61                             | 35-36        |
| 2   | Батон школьный                                                         | 73,5         | 6,30  | 2,80  | 42,90    | 221,17                             | 5-20         |
| 685 | Чай с сахаром                                                          | 200          | 0,18  | 0,04  | 13,76    | 53,23                              | 2-87         |
|     |                                                                        |              |       |       |          |                                    |              |
|     |                                                                        |              |       |       |          |                                    |              |
| 413 | Ватрушка наливная                                                      | 66           | 7,05  | 10,88 | 37,94    | 283,8                              | 19-75        |
| 685 | Чай с сахаром                                                          | 200          | 0,18  | 0,04  | 13,76    | 53,23                              | 2-87         |
|     |                                                                        |              |       |       |          |                                    |              |
|     |                                                                        |              |       |       |          |                                    |              |
|     | <b>ПРОДЛЕНКА 60-00</b>                                                 |              |       |       |          |                                    |              |
| 173 | Каша пшеничная молочная                                                | 200/5        | 7,9   | 10,0  | 40,8     | 290                                | 34-54        |
| 738 | Пирожки с капустой и мясом                                             | 72           | 5,92  | 3,55  | 47,03    | 243,83                             | 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         |
|     |                                                                        |              |       |       |          |                                    |              |
|     |                                                                        |              |       |       |          |                                    |              |

|                            |                                   |       |       |       |       |        |       |
|----------------------------|-----------------------------------|-------|-------|-------|-------|--------|-------|
|                            | БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ с 5-9кл 157-68 |       |       |       |       |        |       |
| 138                        | Суп картофельный с горохом        | 200   | 4,06  | 3,35  | 16,80 | 109,61 | 17-18 |
| 76                         | Котлета Загадка (свин,карт.)      | 90    | 11,43 | 22,35 | 10,21 | 286,74 | 60-89 |
| 534                        | Капуста тушеная                   | 150   | 3,36  | 4,03  | 17,08 | 110,61 | 35-36 |
| 2                          | Батон школьный                    | 73,5  | 6,30  | 2,80  | 42,90 | 221,17 | 5-20  |
| 685                        | Чай с сахаром                     | 200   | 0,18  | 0,04  | 13,76 | 53,23  | 2-87  |
|                            |                                   |       |       |       |       |        |       |
| 173                        | Каша пшеничная молочная           | 150/5 | 5,92  | 7,50  | 30,6  | 217,5  | 25-91 |
| 686                        | Чай с лимоном                     | 200/7 | 0,24  | 0,05  | 14,07 | 55,70  | 6-26  |
| 2                          | Батон школьный                    | 54    | 4,63  | 2,06  | 31,51 | 162,48 | 4-01  |
|                            |                                   |       |       |       |       |        |       |
| ПИТАНИЕ СПОРТСМЕНОВ 160-00 |                                   |       |       |       |       |        |       |
| 138                        | Суп картофельный с горохом        | 200   | 4,06  | 3,35  | 16,80 | 109,61 | 17-18 |
| 76                         | Котлета Загадка (свин,карт.)      | 90    | 11,43 | 22,35 | 10,21 | 286,74 | 60-89 |
| 534                        | Капуста тушеная                   | 150   | 3,36  | 4,03  | 17,08 | 110,61 | 35-36 |
| 2                          | Батон школьный                    | 73,5  | 6,30  | 2,80  | 42,90 | 221,17 | 5-20  |
| 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  |
| 747                        | Сосиска в тесте                   | 1/50  | 9,3   | 9,5   | 28,23 | 240    | 42-04 |
|                            |                                   |       |       |       |       |        |       |
| Спорт.питание              |                                   |       |       |       |       |        |       |
| 173                        | Каша пшеничная молочная           | 150/5 | 5,92  | 7,50  | 30,6  | 217,5  | 25-91 |
| 685                        | Чай с сахаром                     | 200   | 0,18  | 0,04  | 13,76 | 53,23  | 2-87  |
| 18                         | Плюшка Московская                 | 66    | 6,07  | 7,85  | 42,75 | 270,6  | 9-72  |
|                            |                                   |       |       |       |       |        |       |
| КОМПЛЕКС 110-00            |                                   |       |       |       |       |        |       |
| 73                         | Свекла с маслом                   | 79,8  | 1,01  | 7,08  | 7,39  | 93,16  | 7-72  |
| 76                         | Котлета Загадка (свин,карт.)      | 90    | 11,43 | 22,35 | 10,21 | 286,74 | 60-89 |
| 92                         | Картофельное пюре                 | 150   | 3,09  | 5,31  | 21,58 | 145,34 | 37-33 |
| 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  |
|                            |                                   |       |       |       |       |        |       |
|                            |                                   |       |       |       |       |        |       |

Директор

ВАРЛАМОВА Е.В.

Зав. производством

ГЛЕБОВА С.В.





# МЕНЮ

ООО «Экспресс-сервис»

Столовая МБОУ «СОШ № 28»

Дата « 20 » МАЯ 2025 г.

| ТТК | БЛЮДО<br>состав                    | ВЫХОД<br>гр. | БЕЛКИ | ЖИРЫ  | УГЛЕВОДЫ | ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ<br>ЦЕННОСТЬ<br>ккал | ЦЕНА,<br>руб |
|-----|------------------------------------|--------------|-------|-------|----------|------------------------------------|--------------|
|     | <b>САЛАТЫ</b>                      |              |       |       |          |                                    |              |
| 28  | Салат «Мимоза»                     | 100          | 9,2   | 20,7  | 4,13     | 242                                | 48-50        |
| 39  | Салат из морской капусты           | 80           | 3,2   | 8,9   | 0,5      | 95                                 | 45-67        |
| 1   | Салат из свежих огурцов            | 100          | 0,6   | 7,8   | 2,7      | 85                                 | 41-06        |
|     |                                    |              |       |       |          |                                    |              |
|     | <b>ПЕРВОЕ</b>                      |              |       |       |          |                                    |              |
| 138 | Суп картофельный с горохом         | 250/12,5     | 8,67  | 5,92  | 21,00    | 167,11                             | 31-82        |
|     |                                    |              |       |       |          |                                    |              |
|     |                                    |              |       |       |          |                                    |              |
|     | <b>ВТОРОЕ</b>                      |              |       |       |          |                                    |              |
| 76  | Котлета « Загадка» (свин,карт.)    | 90           | 11,43 | 22,35 | 10,21    | 286,74                             | 60-89        |
| 80  | Мясо по-албански (кур.филе,помид.) | 75           | 12,5  | 13,9  | 2,4      | 185                                | 65-65        |
| 239 | Котлета куриная                    | 50           | 8,61  | 3,21  | 9,90     | 102,24                             | 29-46        |
| 430 | Печень запеченная с луком          | 50/10        | 12,7  | 8,7   | 3,99     | 146,00                             | 40-20        |
| 381 | Рыба по-русски                     | 200          | 19,0  | 8,2   | 26,5     | 255                                | 116-13       |
|     |                                    |              |       |       |          |                                    |              |
|     |                                    |              |       |       |          |                                    |              |
|     | <b>ГАРНИРЫ</b>                     |              |       |       |          |                                    |              |
| 92  | Картофельное пюре                  | 150          | 3,09  | 5,31  | 21,58    | 145,34                             | 37-33        |
| 534 | Капуста тушеная                    | 150          | 3,36  | 4,03  | 17,08    | 110,61                             | 35-36        |
| 97  | Макароны отварные                  | 150          | 36,3  | 28,0  | 222,2    | 332                                | 22-23        |
| 510 | Каша гречневая 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        |
| 18  | Плюшка Московская с маком          | 100          | 9,5   | 12,6  | 64,98    | 417                                | 16-54        |
| 416 | Ватрушка с сыром                   | 100          | 12,0  | 12,4  | 27,2     | 274                                | 46-74        |
| 161 | Слойка с вареной сгущенкой         | 75           | 27,0  | 11,0  | 29,6     | 326                                | 40-68        |
|     |                                    |              |       |       |          |                                    |              |
|     |                                    |              |       |       |          |                                    |              |

Директор

ВАРЛАМОВА Е.В.

Зав. производством

ГЛЕБОВА С.В.

