



МЕНЮ

ООО «Экспресс-сервис»

Столовая МБОУ «СОШ № 28»

Дата « 21 » НОЯБРЯ 2024 г.

ТТК	БЛЮДО состав	ВЫХОД гр.	БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ	ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ ккал	ЦЕНА, руб
ЗАВТРАК 75-00							
250	Творожно-банановое суфле	65,8	7,84	5,03	15,36	136,08	36-91
152	Сгущенное молоко(соус)	10	0,68	0,75	5,05	28,75	4-68
302	Каша пшеничная молочная	200	8,05	9,25	41,41	278,96	27-04
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
ОБЕД 112-50							
138	Суп картофельный с горохом	250	5,07	4,18	21,00	137,01	17-68
197	Окорочок куриный (1 блюдо)	12,5	3,60	1,74	0,00	30,10	11-04
239	Котлета куриная	90	15,49	5,79	17,83	184,03	47-53
97	Макаронные изделия отварные	150	5,45	4,23	35,10	199,76	22-23
2	Батон школьный	33,63	2,88	1,28	20,49	101,19	5-31
153	Компот из сухофруктов	200	1,22	0,07	34,54	130,71	8-71
БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ 75-00 (тжс,многодетные,малообеспеченные)							
239	Котлета куриная	90	15,49	5,79	17,83	184,03	47-53
97	Макаронные изделия отварные	150	5,45	4,23	35,10	199,76	22-23
2	Батон школьный	61	5,23	2,33	35,60	183,55	2-32
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	2-92
БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ с 1-4 кл 133-44							
138	Суп картофельный с горохом	250	5,07	4,18	21,00	137,01	17-68
197	Окорочок куриный (1 блюдо)	12,5	3,60	1,74	0,00	30,10	11-04
239	Котлета куриная	90	15,49	5,79	17,83	184,03	47-53
97	Макаронные изделия отварные	150	5,45	4,23	35,10	199,76	22-23
2	Батон школьный	77	6,60	2,94	44,92	231,58	5-31
153	Компот из сухофруктов	200	1,22	0,07	34,54	130,71	8-71
302	Сдоба с вареной сгущенкой	104	8,22	5,82	55,12	310,96	15-71
686	Чай с лимоном	200/7	0,24	0,05	14,07	55,70	5-23
ПРОДЛЕНКА 60-00							
302	Каша пшеничная молочная	150/5	6,04	6,94	31,06	209,22	20-28
16	Ватрушка с картофелем	100	2,7	9,6	10,5	140	32-34
2	Батон школьный	30	2,57	1,31	19,00	90,27	2-07
686	Чай с лимоном	200/7	0,24	0,05	14,07	55,70	5-31

БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ с 5-9кл 146-00							
138	Суп картофельный с горохом	250	5,07	4,18	21,00	137,01	17-68
197	Окорочок куриный (1 блюдо)	12,5	3,60	1,74	0,00	30,10	11-04
239	Котлета куриная	90	15,49	5,79	17,83	184,03	47-53
97	Макароны отварные	150	5,45	4,23	35,10	199,76	22-23
2	Батон школьный	77	6,60	2,94	44,92	231,58	5-31
153	Компот из сухофруктов	200	1,22	0,07	34,54	130,71	8-71
302	Каша пшеничная молочная	150/5	6,04	6,94	31,06	209,22	20-28
779	Булочка молочная	50	6,49	1,66	35,88	190,44	4-94
686	Чай с лимоном	200/7	0,24	0,05	14,07	55,70	5-31
2	Батон школьный	43,05	3,69	1,64	25,12	129,54	2-97
ПИТАНИЕ СПОРТСМЕНОВ 160-00							
138	Суп картофельный с горохом	250	5,07	4,18	21,00	137,01	17-68
197	Окорочок куриный (1 блюдо)	12,5	3,60	1,74	0,00	30,10	11-04
239	Котлета куриная	90	15,49	5,79	17,83	184,03	47-53
97	Макароны отварные	150	5,45	4,23	35,10	199,76	22-23
2	Батон школьный	77	6,60	2,94	44,92	231,58	5-31
153	Компот из сухофруктов	200	1,22	0,07	34,54	130,71	8-71
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	2-92
30	Слойка с сахаром	104	39,94	16,36	53,11	518,61	44-58
Спорт.завтрак							
302	Каша пшеничная молочная	200/5	8,05	9,25	41,41	278,96	27-04
738	Пирожок печеный с картоф.и мясом	75	6,2	3,3	25,79	162	14-25
2	Батон школьный	47,69	4,09	1,82	27,83	143,50	3-29
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	2-92
КОМПЛЕКС 100-00							
138	Суп картофельный с горохом	200	4,06	3,34	21,00	137,01	14-14
197	Окорочок куриный (1 блюдо)	12,5	3,60	1,74	0,00	30,10	11-04
239	Котлета куриная	90	15,49	5,79	17,83	184,03	47-53
97	Макароны отварные	150	5,45	4,23	35,10	199,76	22-23
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	2-92
2	Батон школьный	31,02	2,66	1,18	18,10	93,34	2-14

Директор

ВАРЛАМОВА Е.В.

Зав. производством

ГЛЕБОВА С.В.





МЕНЮ

ООО «Экспресс-сервис»

Столовая МБОУ «СОШ № 28»

Дата « 21 » НОЯБРЯ 2024 г.

ТТК	БЛЮДО состав	ВЫХОД гр.	БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ	ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ ккал	ЦЕНА, руб.
	САЛАТЫ						
39	Салат из морской капусты с яйцом	80	3,2	8,9	0,5	95	43-46
24	Салат Оливье	100	4,0	14,0	6,4	171	32-30
	ПЕРВОЕ						
138	Суп картофельный с горохом	250/12,5	8,67	5,92	21,00	167,11	28-72
	ГАРНИРЫ						
97	Макароны отварные	150	5,45	4,23	35,10	199,76	22-23
522	Картофель запеченый	150	2,7	9,3	21,5	187	16-64
510	Каша гречневая вязкая	150	4,47	4,94	23,28	149,48	15-94
511	Рис отварной	150	2,5	4,0	25,2	149	22-05
	ВТОРЫЕ						
239	Котлета куриная	90	15,49	5,79	17,83	184,03	47-53
381	Рыба по-русски	200	19,0	8,2	26,5	255	99-56
102	Отбивная из кур.филе с помидорами	75/25	18,8	23,1	3,8	300	87-61
64	Печень по-страгоновски	50/50	15,2	21,8	3,02	270	43-73
	ВЫПЕЧКА						
747	Сосиска в тесте	1/50	9,3	9,5	28,23	240	39-15
738	Пирожок с мясом	75	9,9	3,8	243	175	31-49
56	Рогалик с маком	100	9,1	11,0	52,7	353	16-11
221	Сдоба с вареной сгущенкой	100	7,9	5,6	53,0	299	15-22

Директор  ВАРЛАМОВА Е.В.

Зав. производством  ГЛЕБОВА С.В.

