



# МЕНЮ

ООО «Экспресс-сервис»

Столовая МБОУ «СОШ № 28»

Дата « 27 » НОЯБРЯ 2024 г.

ТТК	БЛЮДО состав	ВЫХОД гр.	БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ	ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ ккал	ЦЕНА, руб
	<b>ЗАВТРАК 75 -00</b>						
1	Салат из свежих огурцов	62	0,39	4,84	2,21	52,79	13-72
77	Котлета Здоровье (свин,морк.)	50	6,51	11,22	2,74	137,56	32-68
97	Макаронны отварные	150	5,45	4,23	35,10	199,76	22-23
2	Батон школьный	50	4,29	1,91	29,18	150,45	3-45
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	2-92
	<b>ОБЕД 112-50</b>						
39	Борщ из свеж.капусты с картофелем	200	1,34	3,04	10,75	72,48	15-40
81	Фрикадельки « Петушок»	90	16,45	4,69	8,41	141,51	61-03
508	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,49	6,97	44,30	262,63	18-65
280	Масло сливочное	5	0,04	3,63	0,07	33,03	9-50
2	Батон школьный	72,5	6,21	2,76	42,30	218,07	5-00
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	2-92
	<b>БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ 75-00 (тжс,многодетные,малообеспеченные)</b>						
1	Салат из свежих огурцов	62	0,39	4,84	2,21	52,79	13-72
77	Котлета Здоровье (свин,морк.)	50	6,51	11,22	2,74	137,56	32-68
97	Макаронны отварные	150	5,45	4,23	35,10	199,76	22-23
2	Батон школьный	50	4,29	1,91	29,18	150,45	3-45
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	2-92
	<b>БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ с 1-4 кл 133-44</b>						
39	Борщ из свеж.капусты с картофелем	200	1,34	3,04	10,75	72,48	15-40
81	Фрикадельки « Петушок»	90	16,45	4,69	8,41	141,51	61-03
508	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,49	6,97	44,30	262,63	18-65
280	Масло сливочное	5	0,04	3,63	0,07	33,03	9-50
2	Батон школьный	72,5	6,21	2,76	42,30	218,07	5-00
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	2-92
18	Плюшка Московская с маком	100	9,5	12,6	64,98	417	15-63
686	Чай с лимоном	200/7	0,24	0,05	14,07	55,70	5-31
	<b>ПРОДЛЕНКА 60-00</b>						
302	Каша рисовая молочная	200/5	5,7	6,8	39,6	246	31-49
686	Чай с лимоном	200/7	0,24	0,05	14,07	55,70	5-31
2	Батон школьный	50	4,29	1,91	29,18	150,45	3-45
738	Пирожок с яйцом	88	8,22	7,51	28,28	218,24	19-75



	<b>БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ с 5-9кл 146-00</b>							
39	Борщ из свеж.капусты с картофелем	200	1,34	3,04	10,75	72,48	15-40	
81	Фрикадельки « Петушок»	90	16,45	4,69	8,41	141,51	61-03	
508	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,49	6,97	44,30	262,63	18-65	
280	Масло сливочное	5	0,04	3,63	0,07	33,03	9-50	
2	Батон школьный	72,5	6,21	2,76	42,30	218,07	5-00	
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	2-92	
		150/5	4,27	5,1	29,7	184,5	23-62	
302	Каша рисовая молочная	200/7	0,24	0,05	14,07	55,70	5-31	
686	Чай с лимоном	67	5,75	2,56	39,10	201,60	4-57	
2	Батон школьный							
	<b>ПИТАНИЕ СПОРТСМЕНОВ 160-00</b>							
39	Борщ из свеж.капусты с картофелем	200	1,34	3,04	10,75	72,48	15-40	
81	Фрикадельки « Петушок»	90	16,45	4,69	8,41	141,51	61-03	
508	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,49	6,97	44,30	262,63	18-65	
280	Масло сливочное	5	0,04	3,63	0,07	33,03	9-50	
2	Батон школьный	72,5	6,21	2,76	42,30	218,07	5-00	
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	2-92	
		200/7	0,24	0,05	14,07	55,70	5-31	
686	Чай с лимоном	80	10,13	13,33	26,87	343,46	42-19	
739	Слойка с творогом							
	Спорт.питание							
		150/5	4,27	5,1	29,7	184,5	23-62	
302	Каша рисовая молочная	200/7	0,24	0,05	14,07	55,70	5-31	
686	Чай с лимоном	42,2	3,62	1,61	24,63	126,98	2-91	
2	Батон школьный	100	9,5	12,6	64,98	417	15-66	
18	Плюшка Московская с маком							
	<b>КОМПЛЕКС 100-00</b>							
39	Борщ из свеж.капусты с картофелем	200	1,34	3,04	10,75	72,48	15-40	
81	Фрикадельки « Петушок»	90	16,45	4,69	8,41	141,51	61-03	
508	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,49	6,97	44,30	262,63	18-65	
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	2-92	
2	Батон школьный	29	2,49	1,11	16,92	87,26	2-00	

Директор \_\_\_\_\_ ВАРЛАМОВА Е.В.

Зав. производством \_\_\_\_\_ ГЛЕБОВА С.В.







# МЕНЮ

ООО «Экспресс-сервис»  
Столовая МБОУ «СОШ № 28»

Дата « 27 » НОЯБРЯ 2024 г.

ТТК	БЛЮДО состав	ВЫХОД гр.	БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ	ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ ккал	ЦЕНА, руб.
	<b>САЛАТЫ</b>						
1	Салат из свежих огурцов	100	0,6	7,8	2,7	85	22-13
68	Салат «Столичный» (карт,яйц,кур,огур.)	100	6,6	17,0	4,75	200	43-96
	<b>ПЕРВОЕ</b>						
39	Борщ из св.капусты и картофелем	250/12,5/10	5,27	5,54	13,44	120,7	32-28
	<b>ВТОРОЕ</b>						
81	Фрикадельки «Петушок»	90	16,45	4,69	8,41	141,51	61-03
78	Мясо по-французки	50/125	10,9	10,0	10,7	177	95-47
439	Печень тушеная в томат. соусе	50/50	13,4	15,5	3,40	208	42-49
25	Рыба по-королевски (смет.,майон,сыр)	50/25	15,1	11,4	2,9	176	89-07
155	Гуляш куриный	50/50	16,4	5,4	1,8	122,0	46-70
	<b>ГАРНИРЫ</b>						
508	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,49	6,97	44,30	262,63	18-65
511	Рис отварной	150	3,75	6,0	37,8	223,5	22-05
522	Картофель запеченный	150	2,7	9,3	21,5	187	16-64
97	Макароньы отварные	150	5,45	4,23	35,10	199,76	22-23
	<b>ВЫПЕЧКА</b>						
747	Сосиска в тесте	1/50	9,3	9,5	28,23	240	39-15
738	Пирожок с яйцом	75	7,0	6,4	24,1	186	17-00
416	Ватрушка с сыром	100	12,0	12,4	27,2	274	40-17
221	Сдоба с вареной сгущенкой	100	7,9	5,6	53,0	299	15-22

Директор

ВАРЛАМОВА Е.В.

Зав. производством

ГЛЕБОВА С.В.

