

# МЕНЮ

ООО «Экспресс-сервис»

Столовая МБОУ «СОШ № 28»

Дата « 14 » ЯНВАРЯ 2025 г.

ТТК	<i>БЛЮДО состав</i>	<i>ВЫХОД гр.</i>	<i>БЕЛКИ</i>	<i>ЖИРЫ</i>	<i>УГЛЕВОДЫ</i>	<i>ЭНЕРГЕТ-Я ЦЕННОСТЬ ккал</i>	<i>ЦЕНА, руб</i>
	<b>ЗАВТРАК 81-00 ( с 7-11 лет)</b>						
13	Салат из белокачан.капусты с раст.м.	100	1,52	4,98	10,99	90,29	9-03
271	Котлета домашняя	55	3,20	7,88	7,05	111,68	36-30
97	Макароны отварные	150	5,45	4,23	35,10	199,76	22-23
147	Чай с молоком	200	1,55	1,14	15,94	77,03	8-21
2	Батон школьный	72,9	6,25	2,78	42,52	219,21	5-23
	<b>ЗАВТРАК 100-00 ( с 12 лет и старше)</b>						
13	Салат из белокачан.капусты с раст.м.	100	1,52	4,98	10,99	90,29	9-03
271	Котлета домашняя	80	4,65	11,47	10,25	162,44	52-80
97	Макароны отварные	170	6,18	4,79	39,78	226,40	25-19
147	Чай с молоком	200	1,55	1,14	15,94	77,03	8-21
2	Батон школьный	66,4	5,70	2,53	38,78	199,92	4-77
	<b>ОБЕД 121-50 ( с 7-11 лет )</b>						
132	Рассольник Ленинградский	210	1,82	3,34	14,45	93,64	19-76
252	Сметана	20	0,49	3,92	0,67	40,24	8-48
4	Котлета Волна (филе кур.,рис)	90	17,33	6,05	13,34	176,44	65-37
514	Горох отварной	150	14,50	6,91	41,67	273,95	18-39
2	Батон школьный	94,4	8,10	3,60	55,11	284,15	6-78
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	2-72
	<b>ОБЕД 125-00 (с 12 лет и старше)</b>						
132	Рассольник Ленинградский	250	2,17	3,97	17,20	111,47	23-23
ттк	Окорочок куриный (1 блюдо)	12,5	3,60	1,74	0,00	30,10	11-79
252	Сметана	10	0,25	1,96	0,33	20,12	4-24
155	Гуляш куриный	50/50	13,24	5,38	4,78	119,90	53-91
514	Горох отварной	180	17,40	8,29	50,01	328,74	22-06
2	Батон школьный	94	8,06	3,59	54,87	282,91	6-75
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	2-72
	<b>БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ 81-00 (тжс,многодетные,малообеспечен.,овз)</b>						
13	Салат из свеж.капусты	100	1,52	4,98	10,99	90,29	9-03
271	Котлета домашняя	55	3,20	7,88	7,05	111,68	36-30
97	Макароны отварные	150	5,45	4,23	35,10	199,76	22-23
147	Чай с молоком	200	1,55	1,14	15,94	77,03	8-21
2	Батон школьный	72,9	6,25	2,78	42,52	219,21	5-23

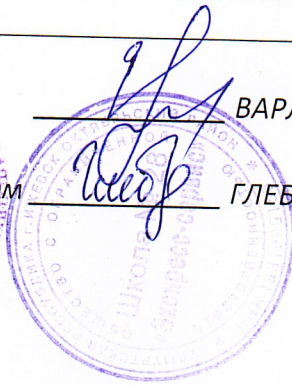


	КОМПЛЕКС 100-00						
13	Салат из свеж.капусты	68	1,03	3,38	7,47	61,39	6-09
4	Котлета Волна (филе,рис)	90	17,33	6,05	13,34	176,44	65-37
97	Макароны отварные	150	5,45	4,23	35,10	199,76	22-23
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	2-72
2	Батон школьный	50	4,29	1,91	29,18	150,45	3-59



Директор

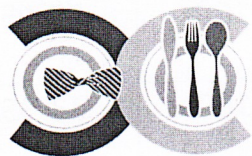
Зав. производством



ВАРЛАМОВА Е.В.

ГЛЕБОВА С.В.





# МЕНЮ

ООО «Экспресс-сервис»

Столовая МБОУ «СОШ № 28»

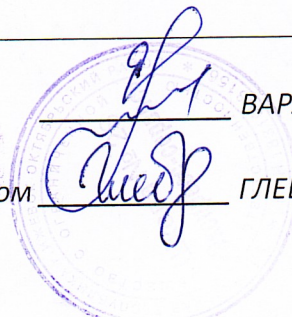
Дата « 14 » ЯНВАРЯ 2025 г.

ТТК	<u>БЛЮДО</u> <i>состав</i>	<i>ВЫХОД</i> <i>гр.</i>	<i>БЕЛКИ</i>	<i>ЖИРЫ</i>	<i>УГЛЕВОДЫ</i>	<i>ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ</i> <i>ккал</i>	<i>ЦЕНА,</i> <i>руб</i>
	<b>САЛАТЫ</b>						
28	Салат Мимоза	100	9,2	20,7	4,13	242	44-58
13	Салат из свежей капусты с раст.масл.	100	1,5	4,5	8,5	83	9-03
	<b>ПЕРВОЕ</b>						
132	Рассольник Ленинградский с кур., смет.	250/12,2/10	5,92	6,72	15,57	151,16	37-44
	<b>ВТОРЫЕ</b>						
97	Макароны отварные	150	5,45	4,23	35,10	199,76	22-23
514	Горох отварной	150	14,50	6,91	41,67	273,95	18-39
522	Картофель запеченый	150	2,7	9,3	21,5	187	18-26
510	Каша гречневая вязкая	150	4,47	4,94	23,28	149,48	15-94
	<b>ВТОРЫЕ</b>						
271	Котлета домашняя	55	3,20	7,88	7,05	111,68	36-30
4	Котлета Волна (кур.филе, рис)	90	17,33	6,05	13,34	176,44	65-37
155	Гуляш куринный	50/50	13,24	5,38	4,78	119,90	53-91
430	Печень запеченная с луком	50/10	12,7	8,7	3,99	146	39-39
79	Рыба тушеная с овощами	50/50	12,3	7,9	2,4	130	79-15
	<b>ВЫПЕЧКА</b>						
738	Пирожок с яйцом	75	7,0	6,4	24,1	186	20-04
747	Сосиска в тесте	1/50	9,3	9,5	28,23	240	42-01
221	Сдоба с вареной сгущенкой	100	7,9	5,6	53,0	299	15-64
695	Ватрушка с творогом	75	9,8	2,5	26,7	173	20-68
2	Батон школьный	50	4,29	1,91	29,18	150,45	3-59
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	2-72
686	Чай с лимоном	200/7	0,24	0,05	14,07	55,70	5-10



Директор

Зав. производством



ВАРЛАМОВА Е.В.

ГЛЕБОВА С.В.

