

МЕНЮ

ООО «Экспресс-сервис»

Столовая МБОУ «СОШ № 28»

Дата « 30 » ЯНВАРЯ 2025 г.

ТТК	<i>БЛЮДО</i> <i>состав</i>	<i>ВЫХОД</i> <i>гр.</i>	<i>БЕЛКИ</i>	<i>ЖИРЫ</i>	<i>УГЛЕВОДЫ</i>	<i>ЭНЕРГЕТ-Я</i> <i>ЦЕННОСТЬ</i> <i>ккал</i>	<i>ЦЕНА.</i> <i>руб</i>
	ЗАВТРАК 81-00						
250	Творожно-банановое суфле	72,6	8,65	5,54	16,94	150,12	42-29
152	Сгущенное молоко(соус)	10	0,68	0,75	5,05	28,75	4-68
302	Каша пшенная молочная	200	8,05	9,25	41,41	278,96	27-72
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
	ОБЕД 121-50 (с 7-11 лет)						
13	Салат из свеж.капусты	100	1,52	4,98	10,99	90,29	9-03
138	Суп картофельный с горохом	250	5,07	4,18	21,00	137,01	18-27
239	Котлета куриная (с луком)	90	15,49	5,79	17,83	184,03	54-79
97	Макароны отварные	185	6,72	5,21	43,29	246,38	27-41
2	Батон школьный	96,1	8,24	3,67	56,09	289,20	6-90
686	Чай с лимоном	200/7	0,24	0,05	14,07	55,70	5-10
	БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ 81-00						
	(тжс,многодетные,малообеспеч.,овз)						
138	Суп картофельный с горохом	250	5,07	4,18	21,00	137,01	18-27
239	Котлета куриная	50	8,61	3,21	9,90	102,24	30-44
97	Макароны отварные	150	5,45	4,23	35,10	199,76	22-23
2	Батон школьный	70	6,00	2,67	40,85	210,63	4-96
686	Чай с лимоном	200/7	0,24	0,05	14,07	55,70	5-10
	БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ с 1-4 кл 144-12						
13	Салат из свеж.капусты	100	1,52	4,98	10,99	90,29	9-03
138	Суп картофельный с горохом	250	5,07	4,18	21,00	137,01	18-27
239	Котлета куриная (с луком)	90	15,49	5,79	17,83	184,03	54-79
97	Макароны отварные	185	6,72	5,21	43,29	246,38	27-41
2	Батон школьный	96,1	8,24	3,67	56,09	289,20	6-90
686	Чай с лимоном	200/7	0,24	0,05	14,07	55,70	5-10
786	Булочка творожная	70	8,96	4,34	33,60	214,2	19-90
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	2-72
	ПРОДЛЕНКА 60-00						
302	Каша пшенная молочная	150/5	6,04	6,94	31,06	209,22	20-79
16	Ватрушка с картофелем	100	2,7	9,6	10,5	140	33-64
2	Батон школьный	40	3,43	1,52	23,34	120,36	2-85
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	2-72

БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ с 5-9кл 157-68							
13	Салат из свеж.капусты	100	1,52	4,98	10,99	90,29	9-03
138	Суп картофельный с горохом	250	5,07	4,18	21,00	137,01	18-27
239	Котлета куриная (с луком)	90	15,49	5,79	17,83	184,03	54-79
97	Макароны отварные	185	6,72	5,21	43,29	246,38	27-41
2	Батон школьный	96,1	8,24	3,67	56,09	289,20	6-90
686	Чай с лимоном	200/7	0,24	0,05	14,07	55,70	5-10
302	Каша пшенная молочная	150/5	6,04	6,94	31,06	209,22	20-79
786	Булочка творожная	45	5,76	2,79	21,60	137,7	12-67
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	2-72
ПИТАНИЕ СПОРТСМЕНОВ 160-00							
13	Салат из свеж.капусты	100	1,52	4,98	10,99	90,29	9-03
138	Суп картофельный с горохом	250	5,07	4,18	21,00	137,01	18-27
239	Котлета куриная (с луком)	90	15,49	5,79	17,83	184,03	54-79
97	Макароны отварные	185	6,72	5,21	43,29	246,38	27-41
2	Батон школьный	96,1	8,24	3,67	56,09	289,20	6-90
686	Чай с лимоном	200/7	0,24	0,05	14,07	55,70	5-10
686	Чай с лимоном	200/7	0,24	0,05	14,07	55,70	5-10
30	Слойка с сахаром	78	29,95	12,27	39,83	388,95	33-40
302	Каша пшенная молочная	150/5	6,04	6,94	31,06	209,22	20-79
18	Плюшка Московская	90	8,28	10,71	58,30	369	13-20
2	Батон школьный	25	2,14	0,95	14,59	75,22	1-79
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	2-72
КОМПЛЕКС 100-00							
138	Суп картофельный с горохом	220	4,46	3,68	18,48	120,57	16-07
239	Котлета куриная	90	15,49	5,79	17,83	184,03	54-79
97	Макароны отварные	150	5,45	4,23	35,10	199,76	22-23
2	Батон школьный	58,5	5,02	2,23	34,14	176,02	4-19
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	2-72



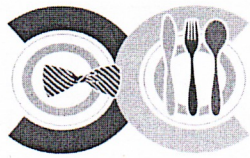
Директор

ВАРЛАМОВА Е.В.

Зав. производством

ГЛЕБОВА С.В.





МЕНЮ

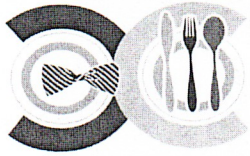
ООО «Экспресс-сервис»

Столовая МБОУ «СОШ № 28»

Дата « 30 » ЯНВАРЯ 2025 г.

ГТК	БЛЮДО состав	ВЫХОД гр.	БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ	ЭНЕРГЕТ-Я ЦЕННОСТЬ ккал	ЦЕНА, руб
	САЛАТЫ						
39	Салат из морской капусты с яйцом	80	3,2	8,9	0,5	95	45-41
1	Салат из свеж.огурцов	100	0,6	7,8	2,7	85	42-53
	ПЕРВОЕ						
138	Суп картофельный с горохом	250/12,5	8,67	5,92	21,00	167,11	30-06
	ГАРНИРЫ						
97	Макароны отварные	150	5,45	4,23	35,10	199,76	22-23
518	Картофель отварной	150	3,0	4,9	24,5	161	26-46
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	23-11
	ВТОРЫЕ						
239	Котлета куриная	90	15,49	5,79	17,83	184,03	54-79
381	Рыба по-русски	200	19,0	8,2	26,5	255	105-83
102	Отбивная из кур.филе с помидорами	75/25	18,8	23,1	3,8	300	102-34
64	Печень по-страгоновски	50/50	15,2	21,8	3,02	270	46-29
	ВЫПЕЧКА						
747	Сосиска в тесте	1/50	9,3	9,5	28,23	240	42-01
738	Пирожок с мясом	75	9,9	3,8	243	175	34-47
56	Рогалик с маком	100	9,1	11,0	52,7	353	17-59
221	Сдоба с вареной сгущенкой	100	7,9	5,6	53,0	299	15-64





МЕНЮ

ООО «Экспресс-сервис»

Столовая МБОУ «СОШ № 28»

Дата « 30 » ЯНВАРЯ 2025 г.

ТТК	<u>БЛЮДО</u> состав	ВЫХОД гр.	БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ	ЭНЕРГЕТ- ЦЕННОСТЬ ккал	ЦЕНА. руб
	ЗАВТРАК						
302	Каша пшеничная молочная	150/5	6,04	6,94	31,06	209,22	20-79
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	2-72
2	Батон школьный	25	2,14	0,95	14,59	75,22	1-79
30	Слойка с сахаром	58	22,27	9,12	29,62	289,22	24-70
	ИТОГО						50-00
	ОБЕД						
13	Салат из свеж.капусты	100	1,52	4,98	10,99	90,29	9-03
138	Суп картофельный с горохом	250	5,07	4,18	21,00	137,01	18-27
197	Окорочок куриный (1 блюдо)	12,5	3,60	1,74	0,00	30,10	11-79
239	Котлета куриная	50	8,61	3,21	9,90	102,24	30-44
97	Макароны отварные	150	5,45	4,23	35,10	199,76	22-23
686	Чай с лимоном	200/7	0,24	0,05	14,07	55,70	5-10
2	Батон школьный	58	4,97	2,21	33,85	174,52	4-14
	ИТОГО						101-00
	Полдник						
250	Творожно-банановое суфле	56	6,67	4,27	13,53	119,93	32-60
152	Сгущенное молоко (соус)	10	0,68	0,75	5,05	28,75	4-68
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	2-72
2	Батон школьный	25	2,14	0,95	14,59	75,22	1-79
	ИТОГО						41-79

Директор

Зав. производством

ГЛЕБОВА С.В.

