

Утверждаю

Директор школы

Меню на 5 апреля 2022 года

ООО «Пензенский Комбинат Питания»

№ п/п	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	Цена
Завтрак (1-4 класс)							
	Каша «Дружба»	1/150	4	5	21	143	13-42
2	Яйцо вареное	1 шт.	5	5	-	63	13-50
3	Какао с молоком	1/200	3	3	14	94	10-03
4	Яблоко	1/150	1	1	17	80	21-27
5	Конфета	1/35	2	5	11	120	23-85
Итого за завтрак (1-4 класс)							
Завтрак (5-11 класс)							
	Каша «Дружба»	1/200	5	7	28	191	15-20
2	Яйцо вареное	1 шт.	5	5	-	63	13-50
3	Какао с молоком	1/200	3	3	14	94	10-03
4	Яблоко	1/150	1	1	17	80	21-27
Итого за завтрак (5-11 класс)							
Обед (1-4 класс)							
1	Винегрет овощной	1/100	1	6	7	87	10-17
2	Рассольник Ленинградский	1/200	2	4	11	85	7-63
3	Котлета припущенная	1/90	14	9	8	165	40-94
4	Вермишель с маслом	1/150	6	-	30	190	11-18
5	Компот из смеси сухофруктов	1/200	1	-	20	84	6-07
6	Батон нарезной	1/30	2	1	15	79	3-56
7	Хлеб ржаной	1/30	2	-	10	52	2-52
Итого за обед (1-4 класс)							
Обед (5-11 класс)							
1	Винегрет овощной	1/100	1	6	7	87	10-17
2	Рассольник Ленинградский	1/250	2	5	13	106	8-61
3	Котлета припущенная	1/100	115	10	9	183	42-21
4	Вермишель с маслом	1/180	7	1	35	228	14-37
5	Компот из смеси сухофруктов	1/200	1	-	20	84	6-07
7	Батон нарезной	1/20	2	1	10	52	2-17
8	Хлеб ржаной	1/20	1	-	7	35	1-40
Итого за обед (5-11 класс)							
Буфет							
1	Салат из свежих огурцов	1/60	-	4	1	39	30-00
2	Салат из свежих помидоров	1/60	1	4	2	45	30-00
3	Винегрет овощной	1/60	1	4	4	52	12-00
4	Салат рыбный	1/60	-	3	3	44	18-00
5	Бефстроганов из отварной говядины	1/80	9	9	5	140	54-00
6	Птица отварная	1/80	19	14	-	202	45-00
7	Пюре из гороха с маслом	1/150	16	4	29	214	15-00
8	Рагу из овощей	1/150	3	6	14	128	17-00
9	Сок 0,2	1 шт.	1	-	10	43	25-00
10	Компот из плодов сушеных (курага)	1/200	-	-	18	72	20-00
11	Ватрушка с повидлом	1/60	4	2	41	194	20-00
12	Ватрушка с творогом	1/60	4	2	41	194	20-00
13	Ватрушка с вареной сгущенкой	1/60	4	2	41	194	20-00
14	Пицца Школьная	1/100	10	11	25	241	32-00
15	Сосиска, запеченная в тесте	1/100	10	11	26	242	30-00
16	Булочка дорожная	1/60	4	2	41	194	15-00



Ген. Директор _____ Корнаухов Т.К.

Зав. производством _____