

Утверждаю
Меню на 8 апреля 2022 года
 ООО «Пензенский Комбинат Питания»

Директор школы _____

| № п/п | Наименование блюда | Выход | Белки | Жиры | Углеводы | Калорийность | Цена |
|--------------------------------------|-------------------------------------|---------|-------|------|----------|--------------|--------------|
| Завтрак (1-4 класс) | | | | | | | |
| | Каша рисовая молочная жидкая | 1/150 | 4 | 5 | 24 | 161 | 14-50 |
| 2 | Бутерброды с сыром (горячий) | 15/15/5 | 5 | 8 | 7 | 121 | 18-77 |
| 3 | Кофейный напиток с молоком | 1/200 | 3 | 3 | 14 | 88 | 10-45 |
| 4 | Яблоко | 1/230 | 4 | 1 | 50 | 230 | 38-35 |
| Итого за завтрак (1-4 класс) | | | | | | | 82-07 |
| Завтрак (5-11 класс) | | | | | | | |
| | Каша рисовая молочная жидкая | 1/200 | 6 | 7 | 33 | 214 | 17-40 |
| 2 | Бутерброды с сыром (горячий) | 15/15/5 | 5 | 8 | 7 | 121 | 18-77 |
| 3 | Кофейный напиток с молоком | 1/200 | 3 | 3 | 14 | 88 | 10-45 |
| 4 | Вафли | 1/25 | 1 | 1 | 19 | 88 | 13-38 |
| Итого за завтрак (5-11 класс) | | | | | | | 60-00 |
| Обед (1-4 класс) | | | | | | | |
| 1 | Салат из свеклы с сыром | 1/100 | 5 | 9 | 7 | 133 | 10-70 |
| 2 | Щи из свежей капусты с картофелем | 1/200 | 1 | 4 | 5 | 56 | 9-87 |
| 3 | Рагу из птицы | 1/150 | 12 | 12 | 14 | 213 | 50-93 |
| 4 | Напиток из шиповника | 1/200 | 1 | - | 18 | 78 | 7-00 |
| 5 | Батон нарезной | 1/20 | 2 | 1 | 10 | 52 | 2-17 |
| 6 | Хлеб ржаной | 1/20 | 1 | - | 7 | 35 | 1-40 |
| Итого за обед (1-4 класс) | | | | | | | 82-07 |
| Обед (5-11 класс) | | | | | | | |
| 1 | Салат из свеклы с сыром | 1/100 | 5 | 9 | 7 | 133 | 10-70 |
| 2 | Щи из свежей капусты с картофелем | 1/250 | 2 | 5 | 6 | 70 | 10-57 |
| 3 | Рагу из птицы | 1/200 | 16 | 16 | 18 | 283 | 53-16 |
| 4 | Напиток из шиповника | 1/200 | 1 | - | 18 | 78 | 7-00 |
| 5 | Батон нарезной | 1/20 | 2 | 1 | 10 | 52 | 2-17 |
| 6 | Хлеб ржаной | 1/20 | 1 | - | 7 | 35 | 1-40 |
| Итого за обед (5-11 класс) | | | | | | | 85-00 |
| Буфет | | | | | | | |
| 1 | Салат из свежих помидоров и огурцов | 1/60 | 1 | 4 | 2 | 44 | 28-00 |
| 2 | Салат из свеклы с сыром | 1/60 | 2 | 5 | 4 | 70 | 15-00 |
| 3 | Салат рыбный | 1/60 | - | 3 | 3 | 44 | 18-00 |
| 4 | Кнели куриные с рисом | 1/80 | 11 | 9 | 4 | 140 | 40-00 |
| 5 | Гуляш из говядины | 1/80 | 12 | 11 | 2 | 158 | 50-00 |
| 6 | Рис отварной | 1/150 | 4 | 5 | 39 | 219 | 15-00 |
| 7 | Макаронные изделия отварные | 1/150 | 6 | - | 30 | 190 | 13-00 |
| 8 | Сок 0,2 | 1 шт. | 1 | - | 10 | 43 | 25-00 |
| 9 | Компот из смеси сухофруктов | 1/200 | 1 | - | 20 | 84 | 10-00 |
| 10 | Ватрушка с повидлом | 1/60 | 4 | 2 | 41 | 194 | 20-00 |
| 11 | Ватрушка с творогом | 1/60 | 4 | 2 | 41 | 194 | 20-00 |
| 12 | Ватрушка с вареной сгущенкой | 1/60 | 4 | 2 | 41 | 194 | 20-00 |
| 13 | Пицца Школьная | 1/100 | 10 | 11 | 25 | 241 | 32-00 |
| 14 | Сосиска, запеченная в тесте | 1/100 | 10 | 11 | 26 | 242 | 30-00 |
| 15 | Булочка дорожная | 1/60 | 4 | 2 | 41 | 194 | 15-00 |



Ген. Директор _____ Корнаухов Т.К.

Зав. производством _____