

Утверждаю  
**Меню на 19 апреля 2022 года**  
 ООО «Пензенский Комбинат Питания»

Директор школы



№ п/п	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	Цена
<b>Завтрак (1-4 класс)</b>							
	Каша «Дружба»	1/150	4	5	21	143	13-15
2	Яйцо вареное	1 шт.	5	5	-	63	13-40
3	Какао с молоком	1/200	3	3	14	94	11-41
4	Яблоко	1/180	1	1	17	80	30-54
5	Конфета	1/20	2	5	11	120	13-57
<b>Итого за завтрак (1-4 класс)</b>							<b>82-07</b>
<b>Завтрак (5-11 класс)</b>							
	Каша «Дружба»	1/200	5	7	28	191	17-53
2	Яйцо вареное	1 шт.	5	5	-	63	13-40
3	Какао с молоком	1/200	3	3	14	94	11-41
4	Конфета	1/25	1	1	17	80	17-66
<b>Итого за завтрак (5-11 класс)</b>							<b>60-00</b>
<b>Обед (1-4 класс)</b>							
1	Винегрет овощной	1/80	1	6	7	87	9-24
2	Рассольник Ленинградский	1/200	2	4	11	85	8-38
3	Котлета припущенная	1/90	14	9	8	165	41-82
4	Вермишель с маслом	1/150	6	-	30	190	10-32
5	Компот из смеси сухофруктов	1/200	1	-	20	84	8-74
6	Батон нарезной	1/20	2	1	10	52	2-17
7	Хлеб ржаной	1/20	1	-	7	35	1-40
<b>Итого за обед (1-4 класс)</b>							<b>82-07</b>
<b>Обед (5-11 класс)</b>							
1	Винегрет овощной	1/80	1	6	7	87	9-24
2	Рассольник Ленинградский	1/250	2	5	13	106	10-48
3	Котлета припущенная	1/90	14	9	8	165	41-82
4	Вермишель с маслом	1/180	7	1	35	228	11-15
5	Компот из смеси сухофруктов	1/200	1	-	20	84	8-74
7	Батон нарезной	1/20	2	1	10	52	2-17
8	Хлеб ржаной	1/20	1	-	7	35	1-40
<b>Итого за обед (5-11 класс)</b>							<b>85-00</b>
<b>Буфет</b>							
1	Салат из свежих огурцов	1/60	-	4	1	39	20-00
2	Салат из свежих помидоров	1/60	1	4	2	45	22-00
3	Винегрет овощной	1/60	1	4	4	52	8-00
4	Салат рыбный	1/60	-	3	3	44	14-00
5	Птица отварная	1/80	19	14	-	202	45-00
6	Пюре из гороха с маслом	1/150	16	4	29	214	11-00
7	Сок 0,2	1 шт.	1	-	10	43	25-00
8	Сок фруктовый	1/200	1	-	10	43	11-00
9	Чай с сахаром	1/200	-	-	9	38	2-00
10	Чай с молоком	1/200	1	-	10	143	7-00
11	Чай с лимоном	1/200	-	-	10	40	4-00
12	Ватрушка с повидлом	1/60	4	2	41	194	11-00
13	Ватрушка с творогом	1/60	4	2	41	194	16-00
14	Ватрушка с вареной сгущенкой	1/60	4	2	41	194	18-00
15	Пицца Школьная	1/100	10	11	25	241	32-00
16	Сосиска, запеченная в тесте	1/100	10	11	26	242	30-00
17	Пирожок с картошкой	1/60	4	2	41	194	12-00
18	Пирожок с капустой	1/60	4	2	41	194	13-00
19	Сдоба обыкновенная	1/60	4	2	41	194	7-00
20	Булочка ванильная	1/60	4	2	41	194	10-00



*Handwritten signature*