

Утверждаю

Директор школы



Меню на 17 мая 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	13-15
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
Итого за завтрак (1-4 класс)							82-07
Завтрак (5-11 класс)							
	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
Итого за завтрак (5-11 класс)							60-00
Обед (1-4 класс)							
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
Итого за обед (1-4 класс)							82-07
Обед (5-11 класс)							
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
Итого за обед (5-11 класс)							85-00
Буфет							
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	Бефстроганов из отварной говядины	1/80	9	9	5	140	61-00
6	Птица отварная	1/80	19	14	-	202	45-00
7	Пюре из гороха с маслом	1/150	16	4	29	214	11-00
8	Рагу из овощей	1/150	3	6	14	128	18-00
9	Сок 0,2	1 шт.	1	-	10	43	25-00
10	Компот из плодов сушеных (курага)	1/200	-	-	18	72	17-00
11	Сок фруктовый	1/200	1	-	10	43	11-00
12	Чай с сахаром	1/200	-	-	9	38	2-00
13	Чай с молоком	1/200	1	-	10	143	7-00
14	Чай с лимоном	1/200	-	-	10	40	4-00
15	Ватрушка с повидлом	1/60	4	2	41	194	11-00
16	Ватрушка с творогом	1/60	4	2	41	194	16-00
17	Ватрушка с вареной сгущенкой	1/60	4	2	41	194	18-00
18	Пицца Школьная	1/100	10	11	25	241	32-00
19	Сосиска, запеченная в тесте	1/100	10	11	26	242	30-00
20	Пирожок с картошкой	1/60	4	2	41	194	12-00
21	Пирожок с капустой	1/60	4	2	41	194	13-00
22	Сдоба обыкновенная	1/60	4	2	41	194	7-00
23	Булочка ванильная	1/60	4	2	41	194	10-00



Ген. Директор _____ Корнаухов Т.К.

Зав. производством _____