

Утверждаю

Директор школы

Меню 1 среда, 21 сентября
 ООО «Пензенский Комбинат Питания»

| № п/п | Наименование блюда | Выход | Белки | Жиры | Углеводы | Калорийность | Цена |
|--------------------------------------|---|-------|-------|------|----------|--------------|--------------|
| Завтрак (1-4 класс) | | | | | | | |
| | Каша из овсяных хлопьев «Геркулес» жидкая | 1/150 | 5 | 6 | 19 | 151 | 17-45 |
| 2 | Батон нарезной | 1/30 | 2 | 1 | 15 | 79 | 3-56 |
| 3 | Чай с сахаром | 1/200 | - | - | 9 | 38 | 2-00 |
| 4 | Банан <i>АДЕНСКИ</i> | 1/290 | 4 | 1 | 61 | 278 | 42-10 |
| 5 | Конфета | 1/25 | 1 | 1 | 30 | 125 | 16-96 |
| Итого за завтрак (1-4 класс) | | | | | | | 82-07 |
| Завтрак (5-11 класс) | | | | | | | |
| | Каша из овсяных хлопьев «Геркулес» жидкая | 1/200 | 6 | 8 | 26 | 202 | 23-26 |
| 2 | Батон нарезной | 1/30 | 2 | 1 | 15 | 79 | 3-56 |
| 3 | Чай с сахаром | 1/200 | - | - | 9 | 38 | 2-00 |
| 4 | Яблоко | 1/220 | 1 | 1 | 22 | 103 | 31-18 |
| Итого за завтрак (5-11 класс) | | | | | | | 60-00 |
| Обед (1-4 класс) | | | | | | | |
| 1 | Салат из капусты белокачанной, овощей и яблок | 1/80 | 1 | 5 | 3 | 60 | 15-84 |
| 2 | Борщ с капустой и картофелем | 1/200 | 1 | 4 | 6 | 61 | 7-50 |
| 3 | Сметана | 1/15 | - | 2 | 1 | 24 | 5-31 |
| 4 | Котлеты рыбные | 1/90 | 12 | 2 | 14 | 128 | 29-54 |
| 5 | Пюре из гороха с маслом | 1/150 | 8 | 6 | 14 | 87 | 9-00 |
| 6 | Напиток из шиповника | 1/200 | 1 | - | 18 | 78 | 8-80 |
| 7 | Батон нарезной | 1/30 | 2 | 1 | 15 | 79 | 3-56 |
| 8 | Хлеб ржаной | 1/30 | 2 | - | 10 | 52 | 2-52 |
| Итого за обед (1-4 класс) | | | | | | | 82-07 |
| Обед (5-11 класс) | | | | | | | |
| 1 | Салат из капусты белокачанной, овощей и яблок | 1/80 | 1 | 5 | 3 | 60 | 15-84 |
| 2 | Борщ с капустой и картофелем | 1/250 | 2 | 4 | 7 | 76 | 9-37 |
| 3 | Сметана | 1/10 | - | 2 | - | 16 | 3-80 |
| 4 | Котлеты рыбные | 1/100 | 13 | 3 | 16 | 143 | 32-82 |
| 5 | Пюре из гороха с маслом | 1/180 | 9 | 7 | 17 | 95 | 10-80 |
| 6 | Напиток из шиповника | 1/200 | 1 | - | 18 | 78 | 8-80 |
| 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 помидоров и огурцов | 1/60 | 1 | 4 | 2 | 36 | 12-00 |
| 2 | Салат из капусты белокачанной, овощей и яблок | 1/60 | 1 | 4 | 4 | 44 | 16-00 |
| 3 | Салат из моркови | 1/60 | 1 | 4 | 7 | 32 | 8-00 |
| 4 | Рыба, тушенная в томате с овощами | 1/80 | 8 | 2 | 5 | 177 | 40-00 |
| 5 | Тефтели из говядины с рисом- «Ежики» | 1/80 | 8 | 8 | 8 | 146 | 40-00 |
| 6 | Голубцы ленивые | 1/80 | 7 | 7 | 3 | 102 | 35-00 |
| 7 | Каша гречневая рассыпчатая | 1/150 | 9 | 7 | 39 | 155 | 20-00 |
| 8 | Рис отварной | 1/150 | 3 | 6 | 14 | 190 | 14-00 |
| 9 | Сок 0,2 | 1 шт. | 1 | - | 10 | 43 | 25-00 |
| 10 | Кисель | 1/200 | 1 | - | 29 | 122 | 10-00 |
| 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 | 5-00 |
| 15 | Ватрушка с повидлом | 1/60 | 4 | 2 | 41 | 194 | 18-00 |
| 16 | Ватрушка с творогом | 1/60 | 4 | 2 | 41 | 194 | 18-00 |
| 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 | 12-00 |
| 22 | Сдоба обыкновенная | 1/60 | 4 | 2 | 41 | 194 | 12-00 |
| 23 | Булочка ванильная | 1/60 | 4 | 2 | 41 | 194 | 12-00 |
| 24 | Булочка дорожная | 1/60 | 4 | 2 | 41 | 194 | 15-00 |
| 25 | Кекс Московский | 1/70 | 5 | 12 | 39 | 256 | 24-00 |
| 26 | Кекс Лимонный | 1/75 | 5 | 12 | 39 | 257 | 25-00 |
| 27 | Слойка с джемом | 1/30 | 2 | 3 | 17 | 105 | 15-00 |
| 28 | Плюшка | 1/100 | 7 | 7 | 54 | 310 | 25-00 |
| 29 | Конверт с джемом | 1/90 | 9 | 17 | 59 | 395 | 30-00 |



Ген. Директор _____ Корнаухов Т.К.

Зав. производством _____

| № п/п | Наименование продукции | Единица измерения | Количество | Цена | Сумма |
|-------|------------------------|-------------------|------------|------|-------|
| 1 | Хлеб пшеничный | кг | 100 | 0.50 | 50.00 |
| 2 | Хлеб ржаной | кг | 50 | 0.60 | 30.00 |
| 3 | Хлеб сдобный | кг | 20 | 1.00 | 20.00 |
| 4 | Хлеб из отрубей | кг | 10 | 0.80 | 8.00 |
| 5 | Хлеб из пшеницы | кг | 10 | 0.70 | 7.00 |
| 6 | Хлеб из ржи | кг | 10 | 0.60 | 6.00 |
| 7 | Хлеб из овсянки | кг | 10 | 0.90 | 9.00 |
| 8 | Хлеб из гречихи | кг | 10 | 1.20 | 12.00 |
| 9 | Хлеб из пшеницы | кг | 10 | 0.70 | 7.00 |
| 10 | Хлеб из ржи | кг | 10 | 0.60 | 6.00 |
| 11 | Хлеб из овсянки | кг | 10 | 0.90 | 9.00 |
| 12 | Хлеб из гречихи | кг | 10 | 1.20 | 12.00 |
| 13 | Хлеб из пшеницы | кг | 10 | 0.70 | 7.00 |
| 14 | Хлеб из ржи | кг | 10 | 0.60 | 6.00 |
| 15 | Хлеб из овсянки | кг | 10 | 0.90 | 9.00 |
| 16 | Хлеб из гречихи | кг | 10 | 1.20 | 12.00 |
| 17 | Хлеб из пшеницы | кг | 10 | 0.70 | 7.00 |
| 18 | Хлеб из ржи | кг | 10 | 0.60 | 6.00 |
| 19 | Хлеб из овсянки | кг | 10 | 0.90 | 9.00 |
| 20 | Хлеб из гречихи | кг | 10 | 1.20 | 12.00 |
| 21 | Хлеб из пшеницы | кг | 10 | 0.70 | 7.00 |
| 22 | Хлеб из ржи | кг | 10 | 0.60 | 6.00 |
| 23 | Хлеб из овсянки | кг | 10 | 0.90 | 9.00 |
| 24 | Хлеб из гречихи | кг | 10 | 1.20 | 12.00 |
| 25 | Хлеб из пшеницы | кг | 10 | 0.70 | 7.00 |
| 26 | Хлеб из ржи | кг | 10 | 0.60 | 6.00 |
| 27 | Хлеб из овсянки | кг | 10 | 0.90 | 9.00 |
| 28 | Хлеб из гречихи | кг | 10 | 1.20 | 12.00 |
| 29 | Хлеб из пшеницы | кг | 10 | 0.70 | 7.00 |
| 30 | Хлеб из ржи | кг | 10 | 0.60 | 6.00 |
| 31 | Хлеб из овсянки | кг | 10 | 0.90 | 9.00 |
| 32 | Хлеб из гречихи | кг | 10 | 1.20 | 12.00 |
| 33 | Хлеб из пшеницы | кг | 10 | 0.70 | 7.00 |
| 34 | Хлеб из ржи | кг | 10 | 0.60 | 6.00 |
| 35 | Хлеб из овсянки | кг | 10 | 0.90 | 9.00 |
| 36 | Хлеб из гречихи | кг | 10 | 1.20 | 12.00 |
| 37 | Хлеб из пшеницы | кг | 10 | 0.70 | 7.00 |
| 38 | Хлеб из ржи | кг | 10 | 0.60 | 6.00 |
| 39 | Хлеб из овсянки | кг | 10 | 0.90 | 9.00 |
| 40 | Хлеб из гречихи | кг | 10 | 1.20 | 12.00 |
| 41 | Хлеб из пшеницы | кг | 10 | 0.70 | 7.00 |
| 42 | Хлеб из ржи | кг | 10 | 0.60 | 6.00 |
| 43 | Хлеб из овсянки | кг | 10 | 0.90 | 9.00 |
| 44 | Хлеб из гречихи | кг | 10 | 1.20 | 12.00 |
| 45 | Хлеб из пшеницы | кг | 10 | 0.70 | 7.00 |
| 46 | Хлеб из ржи | кг | 10 | 0.60 | 6.00 |
| 47 | Хлеб из овсянки | кг | 10 | 0.90 | 9.00 |
| 48 | Хлеб из гречихи | кг | 10 | 1.20 | 12.00 |
| 49 | Хлеб из пшеницы | кг | 10 | 0.70 | 7.00 |
| 50 | Хлеб из ржи | кг | 10 | 0.60 | 6.00 |
| 51 | Хлеб из овсянки | кг | 10 | 0.90 | 9.00 |
| 52 | Хлеб из гречихи | кг | 10 | 1.20 | 12.00 |
| 53 | Хлеб из пшеницы | кг | 10 | 0.70 | 7.00 |
| 54 | Хлеб из ржи | кг | 10 | 0.60 | 6.00 |
| 55 | Хлеб из овсянки | кг | 10 | 0.90 | 9.00 |
| 56 | Хлеб из гречихи | кг | 10 | 1.20 | 12.00 |
| 57 | Хлеб из пшеницы | кг | 10 | 0.70 | 7.00 |
| 58 | Хлеб из ржи | кг | 10 | 0.60 | 6.00 |
| 59 | Хлеб из овсянки | кг | 10 | 0.90 | 9.00 |
| 60 | Хлеб из гречихи | кг | 10 | 1.20 | 12.00 |
| 61 | Хлеб из пшеницы | кг | 10 | 0.70 | 7.00 |
| 62 | Хлеб из ржи | кг | 10 | 0.60 | 6.00 |
| 63 | Хлеб из овсянки | кг | 10 | 0.90 | 9.00 |
| 64 | Хлеб из гречихи | кг | 10 | 1.20 | 12.00 |
| 65 | Хлеб из пшеницы | кг | 10 | 0.70 | 7.00 |
| 66 | Хлеб из ржи | кг | 10 | 0.60 | 6.00 |
| 67 | Хлеб из овсянки | кг | 10 | 0.90 | 9.00 |
| 68 | Хлеб из гречихи | кг | 10 | 1.20 | 12.00 |
| 69 | Хлеб из пшеницы | кг | 10 | 0.70 | 7.00 |
| 70 | Хлеб из ржи | кг | 10 | 0.60 | 6.00 |
| 71 | Хлеб из овсянки | кг | 10 | 0.90 | 9.00 |
| 72 | Хлеб из гречихи | кг | 10 | 1.20 | 12.00 |
| 73 | Хлеб из пшеницы | кг | 10 | 0.70 | 7.00 |
| 74 | Хлеб из ржи | кг | 10 | 0.60 | 6.00 |
| 75 | Хлеб из овсянки | кг | 10 | 0.90 | 9.00 |
| 76 | Хлеб из гречихи | кг | 10 | 1.20 | 12.00 |
| 77 | Хлеб из пшеницы | кг | 10 | 0.70 | 7.00 |
| 78 | Хлеб из ржи | кг | 10 | 0.60 | 6.00 |
| 79 | Хлеб из овсянки | кг | 10 | 0.90 | 9.00 |
| 80 | Хлеб из гречихи | кг | 10 | 1.20 | 12.00 |
| 81 | Хлеб из пшеницы | кг | 10 | 0.70 | 7.00 |
| 82 | Хлеб из ржи | кг | 10 | 0.60 | 6.00 |
| 83 | Хлеб из овсянки | кг | 10 | 0.90 | 9.00 |
| 84 | Хлеб из гречихи | кг | 10 | 1.20 | 12.00 |
| 85 | Хлеб из пшеницы | кг | 10 | 0.70 | 7.00 |
| 86 | Хлеб из ржи | кг | 10 | 0.60 | 6.00 |
| 87 | Хлеб из овсянки | кг | 10 | 0.90 | 9.00 |
| 88 | Хлеб из гречихи | кг | 10 | 1.20 | 12.00 |
| 89 | Хлеб из пшеницы | кг | 10 | 0.70 | 7.00 |
| 90 | Хлеб из ржи | кг | 10 | 0.60 | 6.00 |
| 91 | Хлеб из овсянки | кг | 10 | 0.90 | 9.00 |
| 92 | Хлеб из гречихи | кг | 10 | 1.20 | 12.00 |
| 93 | Хлеб из пшеницы | кг | 10 | 0.70 | 7.00 |
| 94 | Хлеб из ржи | кг | 10 | 0.60 | 6.00 |
| 95 | Хлеб из овсянки | кг | 10 | 0.90 | 9.00 |
| 96 | Хлеб из гречихи | кг | 10 | 1.20 | 12.00 |
| 97 | Хлеб из пшеницы | кг | 10 | 0.70 | 7.00 |
| 98 | Хлеб из ржи | кг | 10 | 0.60 | 6.00 |
| 99 | Хлеб из овсянки | кг | 10 | 0.90 | 9.00 |
| 100 | Хлеб из гречихи | кг | 10 | 1.20 | 12.00 |