

Утверждаю
Меню 2 понедельник, 10 октября
 ООО «Пензенский Комбинат Питания»



Директор школы

№ п/п	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	Цена
Завтрак (1-4 класс)							
	Каша «Дружба»	1/150	4	5	21	143	13-16
2	Бутерброды с повидлом	20/20/5	3	4	28	157	11-28
3	Чай с молоком	1/200	2	1	12	64	6-23
4	Снежок	1/200	10	6	17	174	44-29
5	Печенье	1/30	2	3	22	125	7-11
Итого за завтрак (1-4 класс)							82-07
Завтрак (5-11 класс)							
	Каша «Дружба»	1/200	5	7	28	191	17-54
2	Бутерброды с повидлом	20/20/5	3	4	28	157	11-28
3	Чай с молоком	1/200	2	1	12	64	6-23
4	Яблоко	1/170	1	1	17	80	24-95
Итого за завтрак (5-11 класс)							60-00
Обед (1-4 класс)							
1	Салат из свеклы отварной	1/80	11	14	45	78	6-32
2	Рассольник ленинградский	1/200	2	4	11	85	11-00
3	Плов из отварной птицы	1/150	15	13	19	250	41-17
4	Напиток из шиповника	1/200	1	-	18	78	8-80
5	Батон нарезной	1/30	2	1	15	79	3-56
6	Хлеб ржаной	1/30	2	-	10	52	2-52
7	Вафли	1/45	1	1	35	158	8-70
Итого за обед (1-4 класс)							82-07
Обед (5-11 класс)							
1	Салат из свеклы отварной	1/80	11	14	45	78	6-32
2	Рассольник ленинградский	1/250	2	5	13	106	13-75
3	Плов из отварной птицы	1/200	20	17	25	333	52-56
4	Напиток из шиповника	1/200	1	-	18	78	8-80
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 соленых огурцов	1/60	-	4	1	36	7-00
2	Салат из свежих помидоров и огурцов	1/60	1	4	2	44	12-00
3	Говядина, тушенная с черносливом	1/80	11	12	7	177	51-00
4	Котлета припущенная	1/80	12	8	7	146	45-00
5	Пюре картофельное	1/150	3	6	9	102	15-00
6	Вермишель с маслом	1/150	6	-	30	190	12-00
7	Сок 0,2	1 шт.	1	-	10	43	25-00
8	Кисель	1/200	1	-	29	122	10-00
9	Сок фруктовый	1/200	1	-	10	43	11-00
10	Чай с сахаром	1/200	-	-	9	38	2-00
11	Чай с молоком	1/200	1	-	10	143	7-00
12	Чай с лимоном	1/200	-	-	10	40	5-00
13	Ватрушка с повидлом	1/60	4	2	41	194	18-00
14	Ватрушка с творогом	1/60	4	2	41	194	18-00
15	Ватрушка с вареной сгущенкой	1/60	4	2	41	194	18-00
16	Пицца Школьная	1/100	10	11	25	241	32-00
17	Сосиска, запеченная в тесте	1/100	10	11	26	242	30-00
18	Пирожок с картошкой	1/60	4	2	41	194	12-00
19	Пирожок с капустой	1/60	4	2	41	194	12-00
20	Сдоба обыкновенная	1/60	4	2	41	194	12-00
21	Булочка ванильная	1/60	4	2	41	194	12-00
22	Булочка дорожная	1/60	4	2	41	194	15-00
23	Кекс Московский	1/70	5	12	39	256	24-00
24	Кекс Лимонный	1/75	5	12	39	257	25-00
25	Конвертик с шоколадной начинкой	1/55	4	12	26	232	18-00
26	Слойка с джемом	1/30	2	3	17	105	15-00
27	Плюшка	1/100	7	7	54	310	25-00
28	Конверт с джемом	1/90	9	17	59	395	30-00



Ген. Директор _____ Корнаухов Т.К.

Зав. производством _____ *М*