

Утверждаю _____ Директор школы

Меню 2 вторник, 11 октября
ООО «Пензенский Комбинат Питания»

№ п/п	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	Цена
Завтрак (1-4 класс)							
	Запеканка из творога	1/150	32	9	25	310	61-57
2	Компот из смеси сухофруктов	1/200	1	-	20	84	11-07
4	Молоко сгущенное	1/20	1	2	11	66	9-43
Итого за завтрак (1-4 класс)							82-07
Завтрак (5-11 класс)							
	Запеканка из творога	1/100	21	6	17	207	41-22
2	Каша манная молочная жидкая	1/100	3	3	16	105	7-71
3	Компот из смеси сухофруктов	1/200	1	-	20	84	11-07
Итого за завтрак (5-11 класс)							60-00
Обед (1-4 класс)							
1	Салат из свежих огурцов	1/80	1	5	2	52	8-01
2	Суп картофельный с бобовыми (горох)	1/200	4	4	13	108	8-74
3	Биточки куриные	1/90	14	9	8	165	41-95
4	Макаронные изделия отварные	1/150	6	-	30	190	6-29
5	Сок фруктовый	1/200	1	-	20	86	11-00
6	Батон нарезной	1/30	2	1	15	79	3-56
7	Хлеб ржаной	1/30	2	-	10	52	2-52
Итого за обед (1-4 класс)							82-07
Обед (5-11 класс)							
1	Салат из свежих огурцов	1/80	1	5	2	52	8-01
2	Суп картофельный с бобовыми (горох)	1/250	5	5	16	135	10-90
3	Биточки куриные	1/100	15	10	9	183	44-16
4	Макаронные изделия отварные	1/180	7	1	35	228	7-36
5	Сок фруктовый	1/200	1	-	20	86	11-00
6	Батон нарезной	1/20	2	1	10	52	2-17
7	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	36	10-00
2	Салат из свежих помидоров	1/60	1	4	2	44	10-00
3	Салат витаминный	1/60	1	5	5	68	12-00
4	Салат рыбный	1/60	-	3	3	57	15-00
5	Бефстроганов из отварной говядины	1/80	9	9	5	177	54-00
6	Птица отварная	1/80	19	14	-	146	45-00
7	Пюре из гороха с маслом	1/150	16	4	29	102	12-00
8	Рагу из овощей	1/150	3	6	14	190	14-00
9	Сок 0,2	1 шт.	1	-	10	43	25-00
10	Компот из плодов сушеных (курага)	1/200	1	-	29	122	18-00
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 _____