

Утверждаю
Меню 1 понедельник, 17 октября
 ООО «Пензенский Комбинат Питания»

Директор школы

№ п/п	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	Цена
Завтрак (1-4 класс)							
	Макароны, запеченные с сыром	1/150	6	7	27	197	14-92
2	Бутерброды с повидлом	20/20/5	3	4	28	157	12-01
3	Кофейный напиток с молоком	1/200	3	3	14	88	13-57
4	Снежок	1/200	10	6	17	174	41-57
Итого за завтрак (1-4 класс)							
Завтрак (5-11 класс)							
	Макароны, запеченные с сыром	1/200	8	9	36	262	16-57
2	Бутерброды с повидлом	20/20/5	3	4	28	157	12-01
3	Кофейный напиток с молоком	1/200	3	3	14	88	13-57
4	Зефир	1/50	-	-	40	163	17-85
Итого за завтрак (5-11 класс)							
Обед (1-4 класс)							
1	Салат из моркови с курагой	1/100	-	5	1	48	9-85
2	Суп картофельный	1/200	2	2	13	78	8-54
3	Плов из говядины	1/150	10	8	23	204	44-14
4	Чай с сахаром	1/200	-	-	9	38	2-47
5	Батон нарезной	1/30	2	1	15	79	3-45
6	Хлеб ржаной	1/30	2	-	10	52	2-28
7	Вафли	1/33	1	1	23	105	11-34
Итого за обед (1-4 класс)							
Обед (5-11 класс)							
1	Салат из моркови с курагой	1/100	-	5	1	48	9-85
2	Суп картофельный	1/250	2	3	16	98	10-12
3	Плов из говядины	1/200	13	11	31	272	58-74
4	Чай с сахаром	1/200	-	-	9	38	2-47
5	Батон нарезной	1/20	2	1	10	52	2-30
6	Хлеб ржаной	1/20	1	-	7	35	1-52
Итого за обед (5-11 класс)							
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	Слойка с джемом	1/30	2	3	17	105	15-00
26	Плюшка	1/100	7	7	54	310	25-00
27	Конверт с джемом	1/90	9	17	59	395	30-00



Ген. Директор _____ Корнаухов Т.К.

Зав. производством _____

