

Утверждаю

Директор школы

Меню 2 четверг, 27 октября
 ООО «Пензенский Комбинат Питания»

№ п/п	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	Цена
Завтрак (1-4 класс)							
	Суп молочный с макаронными изделиями	1/150	4	4	14	108	13-93
2	Бутерброд с сыром (горячий)	1/35	5	8	14	88	17-17
3	Кофейный напиток с молоком	1/200	3	3	14	88	13-57
4	Яблоко	1/189	4	1	53	240	37-40
Итого за завтрак (1-4 класс)							82-07
Завтрак (5-11 класс)							
	Суп молочный с макаронными изделиями	1/200	6	5	19	144	19-40
2	Бутерброд с сыром (горячий)	1/35	5	8	7	121	17-17
3	Кофейный напиток с молоком	1/200	3	3	14	88	13-57
4	Печенье	1/45	4	5	41	84	9-86
Итого за завтрак (5-11 класс)							60-00
Обед (1-4 класс)							
1	Салат витаминный	1/80	1	5	5	68	8-64
2	Суп из овощей	1/200	1	4	7	67	7-74
3	Голубцы ленивые	1/90	8	7	4	113	40-52
4	Пюре картофельное	1/150	3	6	9	102	16-97
5	Чай с сахаром	1/200	-	-	9	38	2-47
6	Батон нарезной	1/30	3	1	21	105	3-45
7	Хлеб ржаной	1/30	3	-	13	70	2-28
Итого за обед (1-4 класс)							82-07
Обед (5-11 класс)							
1	Салат витаминный	1/80	1	5	3	68	8-64
2	Суп из овощей	1/250	2	5	9	83	8-47
3	Голубцы ленивые	1/95	9	8	4	125	42-77
4	Пюре картофельное	1/180	4	7	11	122	20-37
5	Чай с сахаром	1/200	-	-	9	38	2-47
7	Хлеб ржаной	1/30	1	-	7	52	2-28
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	4	44	12-00
3	Салат из витаминный	1/60	-	4	1	32	12-00
4	Котлеты «Нежные»	1/80	15	10	6	177	45-00
5	Говядина, тушенная с черносливом	1/80	11	12	7	146	51-00
6	Картофель, тушенный с луком и томатами	1/150	4	5	22	102	22-00
7	Макаронные изделия отварные	1/150	6	-	30	190	10-00
8	Картофель отварной в молоке	1/150	5	7	21	165	22-00
9	Сок 0,2	1 шт.	1	-	10	43	25-00
10	Напиток из шиповника	1/200	1	-	18	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	12-00
25	Кекс Московский	1/70	5	12	39	256	15-00
26	Кекс Лимонный	1/75	5	12	39	257	24-00
27	Слойка с джемом	1/30	2	3	17	105	25-00
28	Плюшка	1/100	7	7	54	310	15-00
29	Конверт с джемом	1/90	9	17	59	395	30-00



Ген. Директор _____ Корнаухов Т.К.

Зав. производством _____