

Утверждаю

Директор школы

Меню 1 понедельник, 19 декабря

ООО «Пензенский Комбинат Питания»

№ 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	3	1	46	211	41-57
Итого за завтрак (1-4 класс)							82-07
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	1	2	39	175	17-85
Итого за завтрак (5-11 класс)							60-00
Обед (1-4 класс)							
1	Салат из моркови с курагой	1/100	2	-	15	68	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	26	116	11-34
Итого за обед (1-4 класс)							82-07
Обед (5-11 класс)							
1	Салат из моркови с курагой	1/100	2	-	15	68	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)							85-00
Буфет							
1	Салат из моркови с курагой	1/100	2	-	15	68	9-85
2	Салат из свежих помидоров и огурцов	1/60	1	4	2	44	12-00
3	Плов из говядины	1/200	13	11	31	272	58-74
4	Вермишель с маслом	1/150	6	-	30	190	12-00
5	Соқ 0,2	1 шт.	1	-	10	43	28-00
6	Сок фруктовый	1/200	1	-	10	43	13-00
7	Чай с сахаром	1/200	-	-	9	38	3-00
8	Чай с лимоном	1/200	-	-	10	40	5-00
9	Ватрушка с повидлом	1/60	4	2	41	194	20-00
10	Ватрушка с вареной сгущенкой	1/60	4	2	41	194	20-00
11	Пирожок с картошкой	1/60	4	2	41	194	15-00
12	Пирожок с капустой	1/60	4	2	41	194	15-00
13	Сдоба обыкновенная	1/60	4	2	41	194	12-00
14	Булочка дорожная	1/60	4	2	41	194	15-00



Ген. Директор _____ Корнаухов Т.К.

Зав. производством _____