

Утверждаю
Меню 1 понедельник, 9 января
ООО «Пензенский Комбинат Питания»

Директор школы



№ п/п	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	Цена
Завтрак (1-4 класс)							
	Каша «Дружба»	1/150	5	6	26	181	19-66
2	Яйцо вареное	1 шт.	5	5	-	63	14-78
3	Сок 0,2	1 шт.	1	-	20	92	26-80
4	Кофейный напиток с молоком	1/180	3	3	20	119	13-88
5	Хлеб ржаной	1/25	2	-	8	44	1-90
6	Батон нарезной	1/15	11	-	8	39	1-72
7	Сыр	1/10	4	4	0	55	10-14
Итого за завтрак (1-4 класс)							88-88
Завтрак (5-11 класс)							
	Каша «Дружба»	1/200	5	7	28	191	26-35
2	Яйцо вареное	1 шт.	5	5	-	63	14-78
3	Кофейный напиток с молоком	1/200	4	6	22	123	15-42
4	Батон нарезной	1/30	11	-	8	39	3-45
Итого за завтрак (5-11 класс)							60-00
Обед (1-4 класс)							
1	Салат из моркови с курагой	1/80	2	-	15	68	10-56
2	Суп картофельный	1/200	2	2	13	78	9-00
3	Плов из говядины	1/150	10	8	23	204	49-99
4	Чай с сахаром	1/180	-	-	9	38	2-26
5	Батон нарезной	1/25	2	1	15	79	2-87
6	Хлеб ржаной	1/25	2	-	10	52	1-90
7	Вафли	1/34	1	1	23	105	12-30
Итого за обед (1-4 класс)							88-88
Обед (5-11 класс)							
1	Салат из моркови с курагой	1/100	2	-	15	68	11-46
2	Суп картофельный	1/250	2	3	16	98	9-62
3	Плов из говядины	1/200	13	11	31	272	54-73
4	Чай с сахаром	1/200	-	-	9	38	2-51
5	Батон нарезной	1/35	2	1	10	52	4-02
6	Хлеб ржаной	1/35	1	-	7	35	2-66
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	Плов из говядины	1/200	13	11	31	272	54-73
4	Вермишель с маслом	1/150	6	-	30	190	12-00
5	Сок 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



Ген. Директор _____ Корнаухов Т.К.

Зав. производством _____