

Утверждаю

Директор школы

**Меню 1 вторник, 10 января**

ООО «Пензенский Комбинат Питания»



№ п/п	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	Цена
<b>Завтрак (1-4 класс)</b>							
	Запеканка из творога	1/100	24	25	24	425	50-68
2	Молоко сгущенное с сахаром	1/10	1	11	6	33	5-20
3	Чай с лимоном	1/180	-	-	15	59	4-12
4	Каша манная молочная жидкая	1/150	4	9	23	191	15-33
5	Бутерброд с повидлом	10/15	1	-	14	66	11-65
6	Хлеб ржаной	1/25	2	-	8	44	1-90
<b>Итого за завтрак (1-4 класс)</b>							<b>88-88</b>
<b>Завтрак (5-11 класс)</b>							
	Запеканка из творога	1/100	24	25	24	425	50-68
2	Каша манная молочная жидкая	1/100	21	6	17	207	4-74
3	Чай с лимоном	1/200	-	-	16	60	4-58
<b>Итого за завтрак (5-11 класс)</b>							<b>60-00</b>
<b>Обед (1-4 класс)</b>							
1	Салат из квашеной капусты с луком	1/80	1	5	7	75	23-23
2	Суп картофельный с бобовыми (горох)	1/200	4	4	13	108	5-86
3	Котлеты, биточки или шницели из птицы	1/90	14	9	8	165	36-46
4	Макаронные изделия отварные	1/150	6	-	30	190	12-44
5	Компот из смеси сухофруктов	1/180	1	-	18	76	6-12
6	Батон нарезной	1/25	2	1	13	66	2-87
7	Хлеб ржаной	1/25	2	-	8	44	1-90
<b>Итого за обед (1-4 класс)</b>							<b>88-88</b>
<b>Обед (5-11 класс)</b>							
1	Салат из квашеной капусты с луком	1/80	1	5	7	75	23-23
2	Суп картофельный с бобовыми (горох)	1/250	5	5	16	135	5-99
3	Котлеты, биточки или шницели из птицы	1/100	15	10	9	183	36-56
4	Макаронные изделия отварные	1/180	7	1	35	228	11-12
5	Компот из смеси сухофруктов	1/200	1	-	20	84	6-20
6	Хлеб ржаной	1/25	3	1	15	78	1-90
<b>Итого за обед (5-11 класс)</b>							<b>85-00</b>
<b>Буфет</b>							
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	Котлеты, биточки или шницели из птицы	1/100	15	10	9	183	36-56
4	Макаронные изделия отварные	1/180	7	1	35	228	11-12
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 \_\_\_\_\_