

Утверждаю

Директор школы

# Меню 1 четверг, 12 января

ООО «Пензенский Комбинат Питания»

№ п/п	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	Цена
<b>Завтрак (1-4 класс)</b>							
	Каша рисовая молочная жидкая	1/150	4	9	24	192	16-66
2	Какао с молоком	1/180	5	5	33	196	14-85
3	Бутерброд с сыром	1/45	6	5	15	133	28-67
4	Хлеб ржаной	1/25	2	-	8	44	1-90
5	Сок 0,2	1 шт.	1	-	20	92	26-80
<b>Итого за завтрак (1-4 класс)</b>							<b>88-88</b>
<b>Завтрак (5-11 класс)</b>							
	Каша рисовая молочная жидкая	1/200	5	12	32	256	22-49
2	Какао с молоком	1/200	3	3	14	94	16-50
3	Бутерброд с сыром	1/30	4	4	10	89	19-11
4	Хлеб ржаной	1/25	2	-	8	44	1-90
<b>Итого за завтрак (5-11 класс)</b>							<b>60-00</b>
<b>Обед (1-4 класс)</b>							
1	Салат витаминный	1/80	1	5	5	68	11-08
2	Суп с макаронными изделиями	1/200	5	5	18	141	4-39
3	Тефтели из говядины в молочном соусе	1/90	9	9	6	154	46-93
5	Пюре картофельное	1/150	3	6	9	102	17-59
6	Чай с лимоном	1/180	-	-	8	36	4-12
7	Батон нарезной	1/25	2	1	13	66	2-87
8	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 витаминный	1/100	1	6	6	85	10-33
2	Суп с макаронными изделиями	1/250	7	6	23	177	4-83
3	Тефтели из говядины в молочном соусе	1/100	11	11	7	171	46-98
5	Пюре картофельное	1/180	4	7	11	122	17-69
6	Чай с сахаром	1/200	-	-	9	40	2-51
8	Хлеб ржаной	1/34	2	-	8	70	2-66
<b>Итого за обед (5-11 класс)</b>							<b>85-00</b>
<b>Буфет</b>							
1	Салат из витаминный	1/60	-	4	1	32	12-00
2	Тефтели из говядины в молочном соусе	1/100	11	11	7	171	46-98
3	Пюре картофельное	1/180	4	7	11	122	17-69
4	Макаронные изделия отварные	1/150	6	-	30	190	10-00
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
14	Булочка дорожная	1/60	4	2	41	194	15-00



Ген. Директор \_\_\_\_\_ Корнаухов Т.К.

Зав. производством \_\_\_\_\_