

Утверждаю

Директор школы

Меню 2 пятница 20 января

ООО «Пензенский Комбинат Питания»

№ п/п	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеблн	Калорийность	Цена
Завтрак (1-4 класс)							
	Каша рисовая молочная жидкая	1/160	4	9	24	192	18-33
2	Бутерброд с маслом	1/35	2	11	10	146	17-59
3	Яблоко	1/190	3	1	40	182	36-21
4	Какао с молоком	1/180	5	5	33	196	14-85
5	Хлеб ржаной	1/25	2	-	8	44	1-90
Итого за завтрак (1-4 класс)							88-88
Завтрак (5-11 класс)							
	Каша рисовая молочная жидкая	1/200	5	12	32	256	22-87
2	Какао с молоком	1/200	3	3	14	94	16-50
3	Бутерброд с маслом	1/35	2	11	10	146	17-59
4	Хлеб ржаной	1/40	3	-	13	70	3-04
Итого за завтрак (5-11 класс)							60-00
Обед (1-4 класс)							
1	Салат из моркови	1/80	1	5	9	83	5-12
2	Борщ с капустой и картофелем	1/200	1	4	6	61	14-13
3	Сметана	1/10	-	2	1	16	4-55
4	Биточки из птицы	1/100	15	10	9	183	38-56
5	Каша гречневая рассыпчатая	1/150	9	7	39	250	19-89
6	Соус красный основной	1/20	-	1	1	11	1-71
7	Чай с сахаром	1/180	-	-	15	59	2-26
9	Хлеб ржаной	1/35	2	-	12	61	2-66
Итого за обед (1-4 класс)							88-88
Обед (5-11 класс)							
1	Салат из моркови	1/100	1	6	11	104	8-09
2	Борщ с капустой и картофелем	1/250	2	4	7	76	9-31
4	Биточки из птицы	1/100	15	10	9	183	38-56
5	Каша гречневая рассыпчатая	1/180	11	8	47	300	23-87
7	Чай с сахаром	1/200	-	-	15	59	2-51
8	Хлеб ржаной	1/35	2	-	12	61	2-66
Итого за обед (5-11 класс)							85-00
Буфет							
1	Салат из капусты белокочанной и огурцов	1/60	2	5	4	44	16-00
2	Биточки из птицы	1/100	15	10	9	183	38-56
3	Каша гречневая рассыпчатая	1/180	11	8	47	300	23-87
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 _____

