

Утверждаю

Директор школы

## Меню 2 понедельник, 30 января

ООО «Пензенский Комбинат Питания»

№ п/п	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	Цена
<b>Завтрак (1-4 класс)</b>							
	Каша пшениная вязкая	1/180	8	13	42	318	18-90
2	Чай с сахаром	1/180	-	-	15	59	2-26
3	Сок 0,2	1/200	1	-	20	92	26-80
4	Хлеб ржаной	1/25	2	-	8	44	1-90
5	Бутерброд с сыром	1/45	6	5	15	133	28-67
6	Печенье	1/45	3	4	33	188	10-35
<b>Итого за завтрак (1-4 класс)</b>							<b>88-88</b>
<b>Завтрак (5-11 класс)</b>							
	Каша пшениная вязкая	1/200	9	14	47	353	20-29
2	Чай с сахаром	1/200	-	-	15	59	2-51
3	Бутерброд с сыром	1/50	6	6	17	148	31-85
4	Хлеб ржаной	1/25	2	-	8	44	1-90
5	Печенье	1/15	1	2	11	63	3-45
<b>Итого за завтрак (5-11 класс)</b>							<b>60-00</b>
<b>Обед (1-4 класс)</b>							
1	Салат из свеклы отварной	1/80	1	4	7	71	5-28
2	Рассольник ленинградский	1/200	2	4	11	85	8-08
3	Сметана	1/10	-	2	0	16	4-55
4	Плов из отварной птицы	1/150	15	13	19	250	39-70
5	Напиток из шиповника	1/200	1	-	18	78	9-88
6	Батон нарезной	1/25	2	1	13	66	2-87
7	Хлеб ржаной	1/30	2	-	10	52	2-28
8	Вафли	1/45	1	1	35	156	16-24
<b>Итого за обед (1-4 класс)</b>							<b>88-88</b>
<b>Обед (5-11 класс)</b>							
1	Салат из свеклы отварной	1/100	2	6	8	89	6-71
2	Рассольник ленинградский	1/250	2	5	13	106	9-09
3	Сметана	1/8	-	1	-	13	3-64
4	Плов из отварной птицы	1/200	20	17	25	333	52-64
5	Напиток из шиповника	1/200	1	-	18	78	9-88
7	Хлеб ржаной	1/40	3	-	13	70	3-04
<b>Итого за обед (5-11 класс)</b>							<b>85-00</b>
<b>Буфет</b>							
1	Салат из соленых огурцов	1/60	-	4	1	36	7-00
2	Салат из свеклы отварной	1/100	2	6	8	89	6-71
3	Плов из отварной птицы	1/200	20	17	25	333	52-64
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 творогом	1/60	4	2	41	194	20-00
11	Ватрушка с вареной сгущенкой	1/60	4	2	41	194	25-00
12	Пирожок с картошкой	1/60	4	2	41	194	15-00
13	Пирожок с капустой	1/60	4	2	41	194	15-00
14	Сдоба обыкновенная	1/60	4	2	41	194	12-00
15	Булочка дорожная	1/60	4	2	41	194	15-00



Ген. Директор \_\_\_\_\_ Корнаузов Т.К.

Зав. производством \_\_\_\_\_

