

Утверждаю _____ Директор школы

Меню 1 вторник, 21 февраля

ООО «Пензенский Комбинат Питания»



№ п/п	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	Цена
Завтрак (1-4 класс)							
	Запеканка из творога	1/100	24			425	50-64
2	Молоко сгущенное с сахаром	1/10	1	1		33	5-20
3	Чай с лимоном	1/180	-	-	15	59	4-12
4	Каша манная молочная жидкая	1/150	4	9	23	191	15-31
5	Бутерброд с повидлом	1/45	3	4	28	157	11-71
6	Хлеб ржаной	1/25	2	-	8	44	1-90
Итого за завтрак (1-4 класс)							88-88
Завтрак (5-11 класс)							
	Запеканка из творога	1/80	19	20	19	340	40-51
2	Каша манная молочная жидкая	1/120	3	7	18	153	12-25
3	Чай с лимоном	1/200	0	0	15	59	4-58
4	Хлеб ржаной	1/35	2	-	12	61	2-66
Итого за завтрак (5-11 класс)							60-00
Обед (1-4 класс)							
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	6-93
3	Котлеты, биточки или шницели из птицы	1/90	14	9	8	165	34-70
4	Макаронные изделия отварные	1/150	6	-	30	190	12-44
5	Компот из смеси сухофруктов	1/180	1	-	18	76	6-81
6	Батон нарезной	1/25	2	1	13	66	2-87
7	Хлеб ржаной	1/25	2	-	8	44	1-90
Итого за обед (1-4 класс)							88-88
Обед (5-11 класс)							
1	Салат из белокочанной капусты	1/100	1	5	9	87	5-50
2	Суп картофельный с бобовыми (горох)	1/250	5	5	16	135	7-81
3	Котлеты, биточки или шницели из птицы	1/100	15	10	9	183	38-56
4	Макаронные изделия отварные	1/180	7	1	35	228	14-92
5	Соус сметанный с томатом и луком	1/20	-	2	1	22	5-67
6	Компот из смеси сухофруктов	1/200	1	-	20	84	6-81
	Батон нарезной	1/30	2	1	15	79	3-45
7	Хлеб ржаной	1/30	2	-	10	52	2-28
Итого за обед (5-11 класс)							85-00
Буфет							
1	Салат из белокочанной капусты	1/100	1	5	9	87	5-50
2	Салат из квашеной капусты с луком	1/80	1	5	7	75	23-23
3	Котлеты, биточки или шницели из птицы	1/100	15	10	9	183	38-56
4	Макаронные изделия отварные	1/180	7	1	35	228	14-92
5	Соус сметанный с томатом и луком	1/20	-	2	1	22	5-67
6	Рагу из овощей	1/150	3	6	14	190	14-00
7	Сок 0,2	1 шт.	1	-	10	43	28-00
8	Сок фруктовый	1/200	1	-	10	43	13-00
9	Чай с сахаром	1/200	-	-	9	38	3-00
10	Чай с лимоном	1/200	-	-	10	40	5-00
11	Ватрушка с повидлом	1/60	4	2	41	194	20-00
12	Ватрушка с вареной сгущенкой	1/60	4	2	41	194	25-00
13	Пирожок с картошкой	1/60	4	2	41	194	15-00
14	Пирожок с капустой	1/60	4	2	41	194	15-00
15	Сдоба обыкновенная	1/60	4	2	41	194	12-00
16	Булочка дорожная	1/60	4	2	41	194	15-00

Ген. Директор _____ Корнаухов Т.К.

Зав. производством _____