

Утверждаю

Директор школы

Меню 2 четверти, 2 марта

ООО «Пензенский Комбинат Питания»

№ п/п	Наименование блюда	Выход	Жир			Углеводы	Калорийность	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак (1-4 класс)								
	Каша жидкая молочная из гречневой крупы	1/160	7	9	23	197		26-44
2	Кофейный напиток с молоком	1/180	3	3	20	119		13-88
3	Омлет натуральный	1/75	8	13	1	149		16-85
4	Бутерброд с сыром	1/45	6	5	15	133		28-67
	Хлеб ржаной	1/40	3	-	13	70		3-04
Итого за завтрак (1-4 класс)								88-88
Завтрак (5-11 класс)								
	Каша жидкая молочная из гречневой крупы	1/210	10	11	30	259		34-74
2	Чай с сахаром	1/200	-	-	15	59		2-51
3	Бутерброд с сыром	1/30	4	4	10	89		19-33
4	Хлеб ржаной	1/45	3	1	15	78		3-42
Итого за завтрак (5-11 класс)								60-00
Обед (1-4 класс)								
1	Салат из свеклы с солеными огурцами	1/80	1	5	5	68		10-09
2	Суп из овощей	1/200	1	4	7	67		7-75
3	Котлета «Школьная»	1/90	14	10	12	190		41-79
4	Пюре картофельное	1/150	3	6	9	102		17-59
5	Чай с сахаром	1/200	-	-	15	59		2-51
6	Хлеб ржаной	1/30	3	1	17	87		2-28
	Печенье	1/30	2	3	22	125		6-87
Итого за обед (1-4 класс)								88-88
Обед (5-11 класс)								
1	Салат из свеклы отварной	1/100	2	6	8	89		6-71
2	Суп из овощей	1/250	2	5	9	83		9-06
3	Котлета «Школьная»	1/100	15	11	13	211		46-75
4	Пюре картофельное	1/180	4	7	11	122		17-69
5	Чай с сахаром	1/200	-	-	15	59		2-51
6	Хлеб ржаной	1/30	2	-	10	52		2-28
Итого за обед (5-11 класс)								85-00
Буфет								
1	Салат из витаминный	1/60	-	4	1	32		12-00
2	Котлета «Школьная»	1/100	15	11	13	211		46-75
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 _____