

Утверждаю _____ Директор школы
Меню 1 понедельник, 6 марта
 ООО «Пензенский Комбинат Питания»

№ п/п	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	Цена
Завтрак (1-4 класс)							
	Каша «Дружба»	1/180	6	8	32	217	19-66
2	Яйцо вареное	1 шт.	5	5	-	63	14-78
3	Сок 0,2	1 шт.	1	-	20	92	26-80
4	Кофейный напиток с молоком	1/180	3	3	20	119	13-88
5	Хлеб ржаной	1/25	2	-	8	44	1-90
6	Батон нарезной	1/15	1	-	8	39	1-72
7	Сыр	1/10	3	4	-	55	10-14
Итого за завтрак (1-4 класс)							88-88
Завтрак (5-11 класс)							
	Каша «Дружба»	1/200	7	8	35	241	20-86
2	Сыр	1/20	7	8	-	109	20-27
3	Кофейный напиток с молоком	1/200	4	6	22	123	15-42
4	Батон нарезной	1/30	3	1	15	79	3-45
Итого за завтрак (5-11 класс)							60-00
Обед (1-4 класс)							
1	Салат из свежих помидоров	1/80	1	5	3	60	25-99
2	Суп картофельный	1/200	2	2	13	78	8-60
3	Плов из говядины	1/150	10	8	23	204	44-01
4	Компот из свежих плодов (яблоки)	1/200	-	-	11	45	5-51
5	Батон нарезной	1/25	2	1	13	66	2-87
6	Хлеб ржаной	1/25	2	-	8	44	1-90
Итого за обед (1-4 класс)							88-88
Обед (5-11 класс)							
1	Винегрет овощной	1/100	1	6	7	87	12-38
2	Суп картофельный	1/250	2	3	16	98	10-34
3	Плов из говядины	1/180	12	9	28	244	52-00
4	Компот из свежих плодов (яблоки)	1/200	-	-	11	46	5-51
5	Батон нарезной	1/25	2	1	13	66	2-87
6	Хлеб ржаной	1/25	2	-	8	44	1-90
Итого за обед (5-11 класс)							85-00
Буфет							
1	Салат из соленых огурцов	1/60	-	4	1	36	7-00
2	Винегрет овощной	1/100	1	6	7	87	12-38
3	Суп картофельный	1/250	2	3	16	98	10-34
4	Плов из говядины	1/180	12	9	28	244	52-00
5	Вермишель с маслом	1/150	6	-	30	190	12-00
6	Сок 0,2	1 шт.	1	-	10	43	28-00
7	Сок фруктовый	1/200	1	-	10	43	13-00
8	Чай с сахаром	1/200	-	-	9	38	3-00
9	Чай с лимоном	1/200	-	-	10	40	5-00
10	Ватрушка с повидлом	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 _____ Корнаухов Т.К.

Зав. производством _____