

Утверждаю
Меню 2 понедельник, 13 марта
 ООО «Пензенский Комбинат Питания»

Директор школы _____

№ п/п	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	Цена
Завтрак (1-4 класс)							
	Каша пшеничная 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
Итого за завтрак (1-4 класс)							88-88
Завтрак (5-11 класс)							
	Каша пшеничная 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
Итого за завтрак (5-11 класс)							60-00
Обед (1-4 класс)							
1	Салат из свежих помидоров	1/80	1	5	3	60	25-52
2	Рассольник ленинградский	1/200	2	4	11	85	9-35
3	Сметана	1/10	-	2	-	16	4-55
4	Плов из отварной птицы	1/150	15	13	19	250	40-19
5	Чай с лимоном	1/180	-	-	9	36	4-12
6	Батон нарезной	1/25	2	1	13	66	2-87
7	Хлеб ржаной	1/30	2	-	10	52	2-28
Итого за обед (1-4 класс)							88-88
Обед (5-11 класс)							
1	Салат из соленых огурцов с луком	1/100	-	6	1	60	11-40
2	Рассольник ленинградский	1/250	2	5	13	106	9-22
3	Сметана	1/10	-	2	-	16	4-55
4	Плов из отварной птицы	1/200	20	17	25	333	53-52
5	Чай с сахаром	1/200	-	-	15	69	2-51
6	Хлеб ржаной	1/50	3	1	17	87	3-80
Итого за обед (5-11 класс)							85-00
Буфет							
1	Салат из соленых огурцов	1/60	-	4	1	36	7-00
2	Рассольник ленинградский	1/250	2	5	13	106	9-22
3	Сметана	1/10	-	2	-	16	4-55
4	Плов из отварной птицы	1/200	20	17	25	333	53-52
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	Сосиска, запеченная в тесте	1/100	10	11	26	242	30-00
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 _____