

Утверждаю

Директор школы

Меню 1 вторник, 21 марта

ООО «Пензенский Комбинат Питания»

| № п/п | Наименование блюда | Выход | Белки | Жиры | Углеводы | Калорийность | Цена |
|--------------------------------------|---------------------------------------|-------|-------|------|----------|--------------|--------------|
| Завтрак (1-4 класс) | | | | | | | |
| | Запеканка из творога | 1/100 | 24 | 25 | 24 | 425 | 50-64 |
| 2 | Молоко сгущенное с сахаром | 1/10 | 1 | 1 | 6 | 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 яблоками | 1/80 | 1 | 5 | 5 | 67 | 23-79 |
| 2 | Суп картофельный с бобовыми (горох) | 1/200 | 4 | 4 | 13 | 108 | 6-58 |
| 3 | Гренки из пшеничного хлеба | 1/20 | 2 | - | 15 | 74 | 3-24 |
| 4 | Котлеты, биточки или шницели из птицы | 1/90 | 14 | 9 | 8 | 165 | 34-70 |
| 5 | Макаронные изделия отварные | 1/150 | 6 | - | 30 | 190 | 12-44 |
| 6 | Соус красный основной | 1/20 | - | 1 | 1 | 11 | 1-73 |
| 7 | Чай с лимоном | 1/180 | - | - | 9 | 36 | 4-12 |
| 8 | Хлеб ржаной | 1/25 | 2 | - | 8 | 44 | 2-28 |
| Итого за обед (1-4 класс) | | | | | | | 88-88 |
| Обед (5-11 класс) | | | | | | | |
| 1 | Салат из квашеной капусты с луком | 1/100 | 1 | 5 | 7 | 75 | 29-16 |
| 2 | Суп картофельный с бобовыми (горох) | 1/250 | 5 | 5 | 16 | 135 | 7-09 |
| 3 | Котлеты, биточки или шницели из птицы | 1/100 | 15 | 10 | 9 | 183 | 33-69 |
| 4 | Макаронные изделия отварные | 1/180 | 7 | 1 | 35 | 228 | 9-89 |
| 5 | Чай с сахаром | 1/200 | - | - | 15 | 59 | 2-51 |
| 6 | Хлеб ржаной | 1/35 | 2 | - | 12 | 61 | 2-66 |
| Итого за обед (5-11 класс) | | | | | | | 85-00 |
| Буфет | | | | | | | |
| 1 | Салат из квашеной капусты с луком | 1/60 | 1 | 3 | 4 | 45 | 18-00 |
| 2 | Салат из квашеной капусты с яблоками | 1/60 | 1 | 4 | 4 | 50 | 18-00 |
| 3 | Суп картофельный с бобовыми (горох) | 1/250 | 5 | 5 | 16 | 135 | 7-09 |
| 4 | Котлеты, биточки или шницели из птицы | 1/100 | 15 | 10 | 9 | 183 | 33-69 |
| 5 | Макаронные изделия отварные | 1/180 | 7 | 1 | 35 | 228 | 9-89 |
| 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 _____