

Утверждаю

Меню 1 пятница, 28 апреля
 ООО «Пензенский Комбинат Питания»

Директор школы

№ п/п	Наименование блюда	Выход	Белки Жиры Углеводы			Калорийность	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак (1-4 класс)							
	Макароны запеченные с сыром	1/205	9	7	39		
2	Масло сливочное	1/10	-	11	-	258	23-45
3	Батон нарезной	1/20	2	1	10	99	10-84
4	Кофейный напиток с молоком	1/180	3	3	20	52	2-30
5	Хлеб ржаной	1/25	1	-	8	119	13-17
6	Яблоко	1/190	1	1	19	44	1-90
Итого за завтрак (1-4 класс)						89	37-22
Завтрак (5-11 класс)							
	Макароны запеченные с сыром	1/200	9	7	38	252	
2	Масло сливочное	1/15	-	16	-	149	22-78
3	Кофейный напиток с молоком	1/200	3	4	22	132	16-26
4	Батон нарезной	1/35	3	1	18	92	15-42
5	Хлеб ржаной	1/20	1	-	7	35	4-02
Итого за завтрак (5-11 класс)							1-52
Обед (1-4 класс)							
1	Салат картофельный с кукурузой и морковью	1/80	2	6	18	130	16-59
2	Щи из свежей капусты с картофелем (со сметаной)	200/8	1	4	6	66	9-32
3	Птица отварная (индейка)	1/20	4	3	-	43	14-38
4	Рагу из птицы	1/150	12	12	14	213	37-78
5	Компот из плодов сушеных (изюм)	1/180	-	-	16	65	6-23
6	Батон нарезной	1/20	2	1	10	52	2-30
7	Хлеб ржаной	1/30	2	-	10	52	2-28
Итого за обед (1-4 класс)							88-88
Обед (5-11 класс)							
1	Салат картофельный с кукурузой и морковью	1/100	3	7	22	162	20-25
2	Щи из свежей капусты с картофелем	1/250	2	5	8	83	7-37
3	Рагу из птицы	1/180	14	15	16	255	43-77
4	Компот из плодов сушеных (изюм)	1/200	-	-	18	72	6-93
5	Батон нарезной	1/35	3	1	18	92	4-02
6	Хлеб ржаной	1/35	2	-	12	61	2-66
Итого за обед (5-11 класс)							85-00
Буфет							
1	Салат картофельный с кукурузой и морковью	1/60	2	4	13	97	13-00
2	Щи из свежей капусты с картофелем	1/250	2	5	8	83	7-37
3	Рагу из птицы	1/180	14	15	16	255	43-77
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	25-00
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 _____