

Утверждаю

Директор школы

# Меню 1 вторник, 23 мая

ООО «Пензенский Комбинат Питания»

| № п/п                                | Наименование блюда                    | Выход | Белки | Жиры | Углеводы | Калорийность | Цена         |
|--------------------------------------|---------------------------------------|-------|-------|------|----------|--------------|--------------|
| <b>Завтрак (1-4 класс)</b>           |                                       |       |       |      |          |              |              |
|                                      | 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         |
| <b>Итого за завтрак (1-4 класс)</b>  |                                       |       |       |      |          |              | <b>88-88</b> |
| <b>Завтрак (5-11 класс)</b>          |                                       |       |       |      |          |              |              |
|                                      | 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         |
| <b>Итого за завтрак (5-11 класс)</b> |                                       |       |       |      |          |              | <b>60-00</b> |
| <b>Обед (1-4 класс)</b>              |                                       |       |       |      |          |              |              |
| 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         |
| <b>Итого за обед (1-4 класс)</b>     |                                       |       |       |      |          |              | <b>88-88</b> |
| <b>Обед (5-11 класс)</b>             |                                       |       |       |      |          |              |              |
| 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         |
| <b>Итого за обед (5-11 класс)</b>    |                                       |       |       |      |          |              | <b>85-00</b> |
| <b>Буфет</b>                         |                                       |       |       |      |          |              |              |
| 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 \_\_\_\_\_