



МЕНЮ

ООО «Экспресс-сервис»

Столовая МБОУ «СОШ № 28»

Дата « 3 » АПРЕЛЯ 2024 г.

ТТК	<u>БЛЮДО</u> состав	<u>ВЫХОД</u> гр.	<u>БЕЛКИ</u>	<u>ЖИРЫ</u>	<u>УГЛЕВОДЫ</u>	<u>ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ</u> ккал	<u>ЦЕНА</u> руб
	ЗАВТРАК 72-00						
71	Овощо нат.-свеж.огурец	30	0,24	0,03	1,03	4,68	16-17
388	Котлета рыбная (горбуша)	50	7,70	5,59	7,21	109,75	23-26
92	Картофельная пюре	150	3,09	5,31	21,58	145,34	18-89
147	Чай с молоком	200	1,55	1,14	15,94	77,03	8-00
2	Батон школьный	80,23	6,88	3,06	46,83	241,42	5-68
	ОБЕД 108-00						
46	Суп картофельный с макарон.изд.	250	2,67	2,21	20,35	110,39	12-50
76	Котлета Загадка (свинина)	90	11,43	22,35	10,21	286,74	57-34
534	Капуста тушеная	150	3,36	4,03	17,08	110,61	23-59
2	Батон школьный	75,85	6,50	2,89	44,27	228,24	5-37
254	Напиток лимонный	200	0,14	0,01	22,52	88,47	9-20
	БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ 72-00 (тжс,многодетные,малообеспеченные)						
71	Овощо нат.-свеж.огурец	30	0,24	0,03	1,03	4,68	16-17
388	Котлета рыбная (горбуша)	50	7,70	5,59	7,21	109,75	23-26
92	Картофельная пюре	150	3,09	5,31	21,58	145,34	18-89
147	Чай с молоком	200	1,55	1,14	15,94	77,03	8-00
2	Батон школьный	80,23	6,88	3,06	46,83	241,42	5-68
	БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ с 1-4 кл 128-12						
46	Суп картофельный с макарон.изд.	250	2,67	2,21	20,35	110,39	12-50
76	Котлета Загадка (свинина)	90	11,43	22,35	10,21	286,74	57-34
534	Капуста тушеная	150	3,36	4,03	17,08	110,61	23-59
2	Батон школьный	75,85	6,50	2,89	44,27	228,24	5-37
254	Напиток лимонный	200	0,14	0,01	22,52	88,47	9-20
56	Рогалик с маком	93	8,46	10,23	49,01	328,29	17-12
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	3-00
	ПРОДЛЕНКА 50-00						
302	Каша рисовая молочная	200/5	5,7	6,8	39,6	246	24-84
18	Плюшка Московская с маком	100	9,5	12,6	64,98	417	16-13
2	Батон школьный	50	4,29	1,91	29,18	150,45	3-41
686	Чай с лимоном	200/7	0,24	0,05	14,07	55,70	5-62

БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ с 5-9кл 140-17							
46	Суп картофельный с макарон.изд.	250	2,67	2,21	20,35	110,39	12-50
76	Котлета Загадка (свинина)	90	11,43	22,35	10,21	286,74	57-34
534	Капуста тушеная	150	3,36	4,03	17,08	110,61	23-59
2	Батон школьный	75,85	6,50	2,89	44,27	228,24	5-37
254	Напиток лимонный	200	0,14	0,01	22,52	88,47	9-20
302	Каша рисовая молочная	150/5	4,3	5,1	29,7	184,5	18-63
770	Булочка Дорожная	100	6,8	4,0	51,8	276	8-13
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	3-00
2	Батон школьный	34	2,91	1,30	19,84	102,31	2-41
ПИТАНИЕ СПОРТСМЕНОВ 150-00							
46	Суп картофельный с макарон.изд.	250	2,67	2,21	20,35	110,39	12-50
76	Котлета Загадка (свинина)	90	11,43	22,35	10,21	286,74	57-34
534	Капуста тушеная	150	3,36	4,03	17,08	110,61	23-59
2	Батон школьный	75,85	6,50	2,89	44,27	228,24	5-37
254	Напиток лимонный	200	0,14	0,01	22,52	88,47	9-20
686	Чай с лимоном	200/7	0,24	0,05	14,07	55,70	5-62
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	3-00
161	Пирожок печеный с мясом	91,2	12,04	4,62	29,55	212,80	39-00
КОМПЛЕКС 90-00							
76	Котлета Загадка (свинина)	90	11,43	22,35	10,21	286,74	57-34
92	Картофельная пюре	150	3,09	5,31	21,58	145,34	18-89
147	Чай с молоком	200	1,55	1,14	15,94	77,03	8-00
2	Батон школьный	82	7,05	3,12	45,76	246,82	5-77

Директор

ВАРЛАМОВА Е.В.

Зав. производством

ГЛЕБОВА С.В.





МЕНЮ

ООО «Экспресс-сервис»

Столовая МБОУ «СОШ № 28»

Дата « 3 » АПРЕЛЯ 2024 г.

ГТК	БЛЮДО состав	ВЫХОД гр.	БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ	ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ ккал	ЦЕНА. руб
	САЛАТЫ						
30	Винегрет овощной	100	1,2	8,9	4,9	108	16-07
107	Салат «Остренькие крабы» (краб.п,яйц,помид)	100	4,0	11,9	1,8	131	53-86
6	Салат «Тазалык» (св.кап,помид.)	100	1,3	8,9	8,1	121	25-50
	ПЕРВОЕ						
46	Суп картофельный с макар.изд.	250/12,5	6,27	3,95	20,35	140,49	23-54
	ВТОРОЕ						
388	Котлета рыбная(горбуша)	50	7,70	5,59	7,21	109,75	23-26
76	Котлета Загадка (свинина ,картоф.)	90	11,43	22,35	10,21	286,74	57-34
80	Мясо по -Албански	75	14,2	6,0	2,35	121,0	69-51
148	Рыба в омлете	95	17,4	10,8	5,2	188	73-38
64	Печень по-страгоновски	50/50	15,2	21,8	3,02	270	39-05
	ГАРНИРЫ						
92	Картофельное пюре	150	3,09	5,31	21,58	145,34	18-89
534	Капуста тушеная	150	3,36	4,03	17,08	110,61	23-59
97	Макарены отварные	150	5,45	4,23	35,10	199,76	17-76
510	Каша пшениная вязкая	150	4,08	4,94	23,89	155,94	8-20
	ВЫПЕЧКА						
738	Пирожок с мясом и рисом	75	8,9	4,0	25,81	179	27-17
167	Кокрок с,морковью и изюмом	100	5,2	9,8	36,0	256	25-83
177	Сочни с творогом	100	11,1	11,9	36,58	300	42-64
416	Ватрушка с сыром	100	12,0	12,4	27,2	274	42-65
18	Плюшка Московская	100	9,2	11,9	64,78	410	14-50

Директор

ВАРЛАМОВА Е.В.

Зав. производством

ГЛЕБОВА С.В.

