

Меню на 20 сентября 2022

2 неделя

1-4 классы (бесплатное питание)

Утверждаю

КГУ " СОШ № 29"

г. Павлодар

Руководитель

Абдраев Д.А.

№ п/п	Наименование блюд	Масса порц., гр	Энергетическая ценность, ккал	Стоимость
1	Салат из капусты на р/м	60	79,2	
2	Сосиска отварная	40/40	458,5	
3	Каша гречневая	100	66	
4	Чай с лимоном	200	6,3	
	Хлеб	20	76,2	

Социальное меню

№ п/п	Наименование блюд	Выход	Ккал	Цена
1	Суп овощной	200/230/250	153,83	
2	Салат из капусты на р/м	60	79,2	
3	Сосиска отварная	100/130/150	105,92	
4	Каша гречневая	100/130/150	383,31	
5	Чай с лимоном	200	62,7	
6	хлеб	20/30/50	76,2	
	Итого за день		861,16	450

Свободное меню

№ п/п	Наименование блюд	Выход	Ккал	Цена
1	Каша молочная рисовая	200	158,6	200
2	Плов из говядины	200	337	450
3	Гречка отварная	150	310	120
4	Капуста тушеная	150	204	120
5	Котлета	100	560	330
6	Тефтели	100	465	330
7	Голень	100	406	330
8	Фрикасе	200	406	330
9	Чай черный с сахаром	200	56	60
10	Чай с молоком, сахаром	200	86	80
11	Плюшка с сахаром	100	175,9	150
12	Булочка с маком, с посыпкой, с кунжутом	100	351,8	180
13	Булочка с бананом, с клубникой, с повидлом	100	562,9	180
14	Ватрушка с творогом	100	260	220
15	Пирожки с капустой, с картофелем	100	296,1	180
16	Пицца, сосиска в тесте, самса с мясом, с кури	120	272	220
17	Хлеб ржано-пшеничный	20	50,8	15

Комплекс для учащихся 5-11 класс

№ п/п	Наименование блюд	Выход	Ккал	Цена
1	Сосиска отварная	100/130/150	105,92	
2	Каша гречневая	100/130/150	383,31	
3	Чай с лимоном	200	62,7	
4	хлеб	20/30/50	76,2	
	Итого за день		628,13	450

Зав. производством:

Жау