

Меню

1 неделя-4 день - 29 сентября 2022

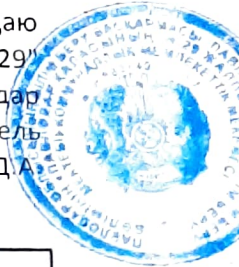
1-4 классы (бесплатное питание)

Утверждаю
КГУ " СОШ № 29"

г. Павлодар

Руководитель

Абдраев Д.А.



№ п/п	Наименование блюд	Масса порц., гр	Энергетическая ценность, ккал	Стоимость
1	Тефтели мясные с соусом	60	465	
2	Пшеничка	100	90,38	
3	Салат из моркови	80	79,2	
4	Чай черный с сахаром	200	101,2	
5	Хлеб	20	76,2	
Итого за день			256,6	
За наличный расчет				450

Социальное меню

№ п/п	Наименование блюд	Выход	Ккал	Цена
1	"Уха по-ростовски"	200/230/250	67,6	
2	Салат из картофеля с соленым огурцом	80/90/100	301,33	
3	Тефтели мясные с соусом	60	465	
4	Пшеничка	100	351,77	
5	Чай черный	200	90,6	
6	хлеб	20/30/40	76,2	
Итого за день			1352,5	450

Свободное меню

№ п/п	Наименование блюд	Выход	Ккал	Цена
1	"Уха по-ростовски"	200	129,2	200
2	Каша молочная овсяная	200	349,6	200
3	Салат "Винегрет"	100	301,33	200
4	Бедро запеченное	100	290,5	330
5	Биточки мясные	100	560	330
6	"Минтай по-ленинградски"	100	341	330
7	Гречка	150	168	200
8	Перловка	150	56	200
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	Пирожки с капустой, с картофелем	100	296,1	180
15	Пицца, сосиска в тесте, самса с мясом, с курицей	120	272	220
16	Хлеб ржано-пшеничный	20	50,8	15

Комплекс для учащихся 5-11 класс

№ п/п	Наименование блюд	Выход	Ккал	Цена
1	Тефтели мясные с соусом	60	465	
2	Пшеничка	150	168	
3	Чай черный с сахаром	200	101,2	
4	Хлеб ржано-пшеничный	40	76,2	
Итого за день			810,4	450

Зав. производством: