

УТВЕРЖДАЮ  
 Генеральный директор АО "Комбинат питания"

Воронин А. Н.

23 ноября 2022

СОГЛАСОВАНО

Директор ГБОУ СОШ № 29 г. Сызрани ОБЗ

Шапошникова М. А.



**Меню ГБОУ СОШ № 29 г. Сызрани ОБЗ**

| Пищевая ценность |      |          |      | Наименование блюда | Выход |
|------------------|------|----------|------|--------------------|-------|
| Белки            | Жиры | Углеводы | ККал |                    |       |

| <u>Завтрак</u> |        |        |         |                                   |     |
|----------------|--------|--------|---------|-----------------------------------|-----|
| 0,56           |        | 0,26   | 3,22    | Огурцы консервированные           | 020 |
| 8,33           | 3,029  | 5,112  | 78,054  | Рыба, тушенная в томате с овощами | 90  |
| 3,08           | 7,13   | 15,68  | 255     | Картофельное пюре                 | 150 |
| 0,072          |        | 30,197 | 114,984 | Компот из свежих яблок            | 200 |
| 1,52           | 0,18   | 9,94   | 45,2    | Хлеб пшеничный                    | 020 |
| 1,102          | 0,2    | 6,416  | 38      | Хлеб ржаной                       | 020 |
| 14,664         | 10,539 | 67,605 | 534,458 |                                   |     |

| <u>Завтрак</u> |        |        |         |                                   |     |
|----------------|--------|--------|---------|-----------------------------------|-----|
| 0,84           |        | 0,39   | 4,83    | Огурцы консервированные           | 030 |
| 10,261         | 5,442  | 5,112  | 107,499 | Рыба, тушенная в томате с овощами | 100 |
| 3,08           | 7,13   | 15,68  | 255     | Картофельное пюре                 | 180 |
| 0,072          |        | 30,197 | 114,984 | Компот из свежих яблок            | 200 |
| 1,9            | 0,225  | 12,425 | 56,5    | Хлеб пшеничный                    | 025 |
| 1,378          | 0,25   | 8,02   | 47,5    | Хлеб ржаной                       | 025 |
| 17,531         | 13,047 | 71,824 | 586,313 |                                   |     |

| <u>Обед</u> |        |        |         |  |     |
|-------------|--------|--------|---------|--|-----|
| 0,969       | 2,997  | 6,156  | 54,33   | Салат из свеклы отварной                 | 060 |
| 2,15        | 3,28   | 18     | 139     | Суп картофельный с макаронными изделиями | 250 |
| 10,315      | 8,435  | 34,129 | 245,147 | Плов из птицы(филе куриное)              | 150 |
| 0,243       | 0,046  | 13,761 | 53,71   | Чай с сахаром                            | 200 |
| 1,52        | 0,18   | 9,94   | 45,2    | Хлеб пшеничный                           | 020 |
| 1,102       | 0,2    | 6,416  | 38      | Хлеб ржаной                              | 020 |
| 16,299      | 15,138 | 88,402 | 575,387 |  |     |

| <u>Обед</u> |        |         |         |  |     |
|-------------|--------|---------|---------|--|-----|
| 0,969       | 2,997  | 6,156   | 54,33   | Салат из свеклы отварной                 | 100 |
| 2,15        | 3,28   | 18      | 139     | Суп картофельный с макаронными изделиями | 250 |
| 13,742      | 11,244 | 45,518  | 326,844 | Плов из птицы(филе куриное)              | 200 |
| 0,243       | 0,046  | 13,761  | 53,71   | Чай с сахаром                            | 200 |
| 2,28        | 0,27   | 14,91   | 67,8    | Хлеб пшеничный                           | 030 |
| 1,653       | 0,3    | 9,624   | 57      | Хлеб ржаной                              | 030 |
| 21,037      | 18,137 | 107,969 | 698,684 |  |     |

Стоимость комплекса (руб.): 149.30

АО "Комбинат питания"

Главный технолог Подрезова Е. В.  
 Бухгалтер-калькулятор Берген И. З.