# ООО « АБК-ПЭЙМЕНТ»

## Меню для учащихся

## 3 мая 2024

| Завтрак ( младшие) | выход | Ст-ть | Белки | Жиры | Углев | Ккал |
|---|---|---|---|---|---|---|
| **Фрукты ( яблоки)** | 100 | | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 |
| **Сырники из творога со сгущенным молоком** | 120/30 | | 15,55 | 18,35 | 36,06 | 398,93 |
| **Чай с сахаром** | 200 | | 0,07 | 0,02 | 8,00 | 32,00 |
| **Батон нарезной** | 50 | | 3,75 | 1,45 | 25,70 | 131,00 |
| **Итого:** | **500** | | **19,77** | **20,22** | **79,56** | **608,93** |

| Обед ( младшие) | выход | Ст-ть | Белки | Жиры | Углев | Ккал |
|---|---|---|---|---|---|---|
| **Суп картофельный с горохом** | 200 | | 4,35 | 5,22 | 26,53 | 218,60 |
| **Птица тушеная в сметанно-томатном соусе** | 50/50 | | 11,65 | 11,66 | 3,51 | 166,00 |
| **Каша гречневая вязкая** | 150 | | 3,08 | 5,01 | 28,52 | 145,50 |
| **Компот из свежих яблок** | 200 | | 0,16 | 0,16 | 10,91 | 46,60 |
| **Хлеб пшеничный** | 30 | | 2,28 | 0,24 | 14,76 | 70,50 |
| **Хлеб ржаной** | 30 | | 1,98 | 0,36 | 11,88 | 59,40 |
| **Итого** | **710** | | **23,50** | **22,65** | **96,11** | **706,60** |
| **Всего** | **1210** | **119,71** | **43,27** | **42,87** | **175,67** | **1315,53** |

| Горячий завтрак ( старшие) | выход | Ст-ть | Белки | Жиры | Углев | Ккал |
|---|---|---|---|---|---|---|
| **Фрукты ( яблоки)** | 100 | | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 |
| **Запеканка из творога с повидлом (170/30)** | 200 | | 19,63 | 22,18 | 51,50 | 502,80 |
| **Чай с сахаром** | 200 | | 0,07 | 0,02 | 8,00 | 32,00 |
| **Хлеб пшеничный** | 20 | | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 47,00 |
| **Хлеб ржаной** | 30 | | 1,98 | 0,36 | 11,88 | 59,40 |
| **Итого** | 550 | 82,20 | 23,60 | 23,12 | 91,02 | 688,20 |

**Директор**

**Зав.прогизводства**