

ООО «АБК –ПЭЙМЕНТ»

Меню для учащихся

26 сентября 2023

| Завтрак МЛАДШИЕ | | | | | | |
|------------------------------|------------|-------|--------------|--------------|--------------|---------------|
| | выход | Ст-ть | Белки | Жиры | Углев | Ккал |
| Бутерброд с маслом сливочным | 40 | | 2,36 | 7,49 | 14,89 | 136,00 |
| Каша пшенная молочная | 200 | | 11,58 | 9,98 | 28,73 | 243,80 |
| Чай с сахаром | 200 | | 0,07 | 0,02 | 8,00 | 32,00 |
| Батон нарезной | 60 | | 4,50 | 1,74 | 30,84 | 157,20 |
| Итого: | 500 | | 18,51 | 19,23 | 82,46 | 569,00 |

| Обед МЛАДШИЕ | | | | | | |
|--------------------------------------|-------------|---------------|--------------|--------------|---------------|---------------|
| | выход | | Белки | Жиры | Углев | Ккал |
| Рассольник ленинградский со сметаной | 200/5 | | 6,74 | 7,82 | 9,76 | 153,90 |
| Жаркое из птицы (куриных грудок) | 50/150 | | 15,01 | 17,27 | 51,76 | 393,54 |
| Огурцы свежие (доп.гарнир) | 40 | | 0,28 | 0,04 | 0,76 | 4,8 |
| Компот из изюма и яблок | 200 | | 0,38 | 0,13 | 29,03 | 119,94 |
| Хлеб пшеничный | 25 | | 1,90 | 0,20 | 12,30 | 58,75 |
| Хлеб ржаной | 30 | | 1,32 | 0,24 | 7,92 | 39,60 |
| Всего | 700 | | 26,93 | 25,70 | 111,53 | 770,53 |
| Итого | 1200 | 115,14 | 45,44 | 44,93 | 193,99 | 1339,5 |

| Завтрак старшие | | | | | | |
|----------------------------------|------------|--------------|--------------|--------------|---------------|--------------|
| | выход | Ст-ть | Белки | Жиры | Углев | Ккал |
| Салат из моркови с сахаром | 100 | | 1,23 | 0,09 | 11,47 | 81,7 |
| Жаркое из птицы (куриных грудок) | 50/200 | | 18,76 | 21,59 | 64,70 | 491,93 |
| 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 | 20 | | 1,32 | 0,24 | 7,92 | 39,60 |
| | 590 | 79,00 | 22,90 | 22,10 | 101,93 | 692,2 |

Директор
Зав.производства

