

ООО « АБК-ПЭЙМЕНТ»

Меню для учащихся

8 сентября 2025

Горячий завтрак (младшие)	выход	Ст-ть	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Фрукты (яблоко)	100		0,40	0,40	9,80	47,00
Запеканка картофельная с мясом, маслом сливочным	180/3		15,06	16,81	52,95	425,3
Чай с молоком и сахаром	200		1,52	1,35	8,92	53,07
Хлеб ржаной	20		1,32	0,24	7,92	39,60
Всего	503	89,90	18,30	18,80	79,59	564,97

Завтрак (младшие)	выход	Ст-ть	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Бутерброд с маслом сливочным (30/10)	40		2,36	7,49	14,89	136,00
Каша рисовая молочная с маслом сливочным	180/5		9,24	9,16	28,23	218,12
Чай с молоком и сахаром	200		1,52	1,35	8,92	53,07
Батон нарезной	75		5,60	2,16	35,36	195,52
Итого	500		18,72	20,16	87,40	602,71

Обед(младшие)	выход		Белки	Жиры	Углев	Ккал
Борщ из свежей капусты с картофелем и со сметаной	200/5		6,57	8,96	16,03	293,10
Запеканка картофельная с мясом, маслом сливочным	180/3		15,06	16,81	52,95	296,3
Огурцы свежие (доп.гарнир)	50		0,84	2,50	4,20	42,84
Напиток из сухофруктов	200		0,70	0,10	22,03	92,90
Хлеб пшеничный	20		1,52	0,16	9,84	47,00
Хлеб ржаной	45		2,97	0,54	17,82	89,10
Итого	703		27,66	28,80	122,87	861,24
Всего	1203	136,02	46,38	48,96	210,27	1463,95

Горячий завтрак (старшие)	выход	Ст-ть	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Огурцы свежие (доп.гарнир)	60		1,00	3,00	5,04	51,40
Запеканка картофельная с мясом, с маслом сливочным	245/5		16,78	18,71	63,55	498
Чай с молоком и сахаром	200		1,52	1,35	8,92	53,07
Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	70,50
Хлеб ржаной	20		1,32	0,24	7,92	39,60
	560	93,31	22,90	23,54	100,19	712,57

Директор

Зав.столовой

