

# ООО « АБК-ПЭЙМЕНТ »

## Меню для учащихся

10 января 2025

Завтрак (младшие)	выход	Ст-ть	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Фрукты ( яблоки)	100		0,40	0,40	9,80	47,00
Каша ячневая молочная с маслом сливочным	150/3		10,61	13,83	41,62	331,89
Какао с молоком	200		4,08	3,54	2,61	58,60
Батон нарезной	50		3,75	1,45	25,70	131,00
<b>Итого</b>	<b>503</b>		<b>18,84</b>	<b>19,22</b>	<b>79,73</b>	<b>568,49</b>

Обед ( младшие)	выход	Ст-ть	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Щи из св.капусты с картофелем	250		8,04	8,00	26,50	211,90
Тефтели мясные с геркулесом	90		11,40	9,91	24,86	179,59
Пюре картофельное с маслом сливочным	150/3		3,09	6,98	12,48	157,55
Свекла отварная доп.гарнир	30		0,42	1,8	2,48	27,84
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	40		2,64	0,48	15,84	79,20
<b>Итого</b>	<b>793</b>		<b>28,03</b>	<b>27,57</b>	<b>111,83</b>	<b>783,18</b>
<b>Всего</b>	<b>1296</b>	<b>126,99</b>	<b>46,87</b>	<b>46,79</b>	<b>191,50</b>	<b>1351,67</b>

Горячий завтрак (старшие)	выход	Ст-ть	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Фрукты яблоко	100		0,40	0,40	9,80	47,00
Тефтели мясные с геркулесом	100		12,84	12,23	28,50	183,50
Пюре картофельное с маслом сливочным	180/3		6,70	9,04	34,67	335,20
Компот из свежих яблок	200		0,16	0,16	10,91	46,60
Хлеб пшеничный	20		1,52	0,16	9,84	47,00
	<b>603</b>	<b>87,18</b>	<b>21,62</b>	<b>21,99</b>	<b>93,72</b>	<b>659,30</b>

Директор

Зав.производства

