

ООО «АБК-ПЭЙМЕНТ»

Меню для учащихся

12 марта 2026

Завтрак (младшие)						
	выход	Ст-ть	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Бутерброд с сыром и маслом сливочным (30/15/5)	50		6,27	7,86	14,83	155,00
Каша геркулесовая молочная вязкая	185		4,99	7,40	28,81	206,30
Какао с молоком	200		4,08	3,54	2,61	58,60
Батон нарезной	65		4,87	1,88	33,41	170,30
Итого	500		20,21	20,68	79,66	590,20

Обед (младшие)						
	выход		Белки	Жиры	Углев	Ккал
Щи из св.капусты с картофелем, со сметаной	210		6,94	7,90	22,94	228,90
Плов из куриной грудки (50/150)	200		15,42	18,96	49,93	418,50
Свекла отварная (доп.гарнир)	40		0,56	0,45	3,31	37,12
Напиток из урюка	200		0,75	1,00	15,95	68,52
Хлеб ржаной	50		3,30	0,60	19,80	99,00
Итого	700		26,97	28,91	111,93	852,04
Всего	1200	139,01	47,18	49,59	191,59	1442,24

Горячий завтрак (старшие)						
	выход	Ст-ть	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Свекла отварная (доп.гарнир)	40		0,56	0,45	3,31	37,12
Плов из куриной грудки (50/200)	250		14,28	18,70	60,41	488,00
Какао с молоком	200		4,08	3,54	2,61	58,60
Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	70,50
Хлеб ржаной	30		1,98	0,36	11,88	59,40
Итого	550	93,71	23,18	23,29	92,97	713,62

Директор

Зав.производства

