

ООО « АБК-ПЭЙМЕНТ »

Меню для учащихся

13 ноября 2024

Завтрак (младшие)	выход	Ст-ть	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Бутерброд с повидлом (30/30)	60		2,37	0,87	3,92	153,60
Каша пшеничная молочная	200		13,60	17,67	23,55	305,50
Чай с сахаром и лимоном	187/8/5		0,13	0,02	8,20	34,02
Батон нарезной	40		2,99	1,15	20,56	104,80
Итого:	500		19,09	19,71	87,23	597,92

Обед (младшие)	выход	Ст-ть	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Суп лапша домашняя с картофелем	200		6,35	7,83	39,30	192,40
Плов из куриной грудки (50/150)	200		14,42	17,96	26,93	330,50
Морковь свежая(порционно) (доп.гарнир)	40		0,52	0,04	2,56	13,20
Напиток из плодов шиповника	200		0,60	0,10	20,20	123,60
Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	70,50
Хлеб ржаной	30		1,98	0,36	11,88	59,40
Итого	700		26,15	26,53	115,63	789,60
Всего	1200	122,10	45,24	46,24	202,86	1387,52

Горячий завтрак (старшие)	выход	Ст-ть	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Бутерброд с повидлом (30/30)	60		2,37	0,87	3,92	153,60
Плов из куриной грудки (50/200)	250		18,10	22,45	39,60	439,60
Чай с сахаром и лимоном	187/8/5		0,13	0,02	8,20	34,02
Хлеб пшеничный	20		1,52	0,16	9,84	47,00
Хлеб ржаной	20		1,32	0,24	7,92	39,60
Итого	550	83,80	23,44	23,74	100,48	713,82

Директор

Зав.производства

