

ООО « АЮБК-ПЭЙМЕНТ »

Меню для учащихся

15 октября 2025

Завтрак (младшие)	выход	Ст-ть	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Фрукты (яблоко)	100		0,40	0,40	9,80	47,00
Каша пшеничная молочная	200		14,60	17,67	36,55	355,50
Чай с сахаром и лимоном	187/8/5		0,13	0,02	8,20	34,02
Батон нарезной	50		3,75	1,45	25,70	131,00
Итого	550		18,88	19,54	80,25	567,52

Обед (младшие)	выход		Белки	Жиры	Углев	Ккал
Суп картофельный с вермишелью	200		6,15	7,47	9,06	204,60
Котлета из говядины с овощами	75/25		10,58	10,98	16,21	195,2
Каша гречневая (вязкая) с маслом сливочным	150/3		4,60	7,19	39,56	165,3
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	40		2,64	0,48	15,84	79,20
Итого	713		26,19	26,38	112,54	784,20
Всего	1263	136,02	45,07	45,92	192,79	1351,72

Горячий завтрак (старшие)	выход	Ст-ть	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Фрукты (яблоко)	100		0,40	0,40	9,80	47,00
Котлета из говядины с овощами	75/25		10,58	10,98	16,21	195,2
Каша гречневая вязкая с маслом сливочным	180/3		9,62	12,89	55,67	348,40
Чай с сахаром и лимоном	200		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	623	93,31	23,57	24,09	100,04	711,22

Директор

Зав.производства

