

ООО « АБК-ПЭЙМЕНТ »

Меню для учащихся

16 января 2025

| Завтрак (младшие) | выход | | 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 с маслом сливочным | 180/5 | | 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 | 80,66 | 20,21 | 20,68 | 79,66 | 590,20 |

| Обед (младшие) | выход | Ст-ть | Белки | Жиры | Углев | Ккал |
|---|-------------|---------------|--------------|--------------|---------------|----------------|
| Борщ из свежей капусты с картофелем и со сметаной | 200/5 | | 8,57 | 10,69 | 28,93 | 293,10 |
| Котлеты « Нежные » из куриных грудок | 90 | | 6,60 | 12,93 | 13,79 | 169,80 |
| Каша пшеничная (вязкая) с маслом сливочным | 150/5 | | 6,70 | 4,38 | 35,99 | 227,00 |
| Напиток из урюка | 200 | | 0,75 | 0,06 | 15,95 | 68,52 |
| Хлеб ржаной | 50 | | 3,30 | 0,60 | 19,80 | 36,64 |
| Итого | 700 | | 25,92 | 28,66 | 114,46 | 795,06 |
| Всего | 1200 | 126,99 | 46,13 | 49,34 | 194,12 | 1385,26 |

| Горячий завтрак (старшие) | выход | | Белки | Жиры | Углев | Ккал |
|--|------------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------|
| Печенье | 20 | | 1,48 | 1,88 | 5,42 | 62,14 |
| Котлеты « Нежные » из куриной грудки | 100 | | 6,83 | 13,11 | 21,32 | 188,66 |
| Каша пшеничная (вязкая) с маслом сливочным | 180/3 | | 7,70 | 5,07 | 40,59 | 247,00 |
| Какао с молоком | 200 | | 4,08 | 3,54 | 2,61 | 58,60 |
| Хлеб пшеничный | 20 | | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 47,00 |
| Хлеб ржаной | 30 | | 1,98 | 0,36 | 11,88 | 59,40 |
| Итого | 553 | 87,18 | 23,59 | 24,12 | 91,66 | 662,80 |

Директор

Зав.производства

