

ООО «АБК-ПЭЙМЕНТ»

Меню для учащихся

17 сентября 2025

Горячий завтрак (младшие)	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	150/3		4,60	7,19	28,56	195,30
Чай с сахаром и лимоном	187/8/5		0,13	0,02	8,20	34,20
Хлеб пшеничный	20		1,52	0,16	9,84	47,00
Хлеб ржаной	20		1,32	0,24	7,92	39,60
Итого	593	89,90	18,55	18,99	80,53	558,12

Завтрак (младшие)	выход	Ст-ть	Белки	Жиры	Угле в	Ккал
Фрукты (яблоко)	100		9,67	12,30	6,34	142,61
Каша пшеничная молочная	200		9,64	7,60	33,35	241,94
Чай с сахаром и лимоном	187/8/5		1,02	2,88	5,08	51,42
Батон нарезной	50		2,64	0,48	15,84	79,20
Итого	550		23,00	23,56	91,32	654,19

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

