

ООО «АБК-ПЭЙМЕНТ»

Меню для учащихся

18 сентября 2025

Горячий завтрак (младшие)	выход	Ст-ть	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Печенье	20		1,48	1,88	5,42	62,14
Биточки рыбные из минтая с молочным соусом	75/25		7,38	8,98	22,95	190,20
Пюре картофельное	180		5,70	8,30	14,90	189,00
Сок фруктовый	200		1,00	0,00	20,20	84,80
Хлеб пшеничный	20		1,52	0,16	9,84	47,00
Хлеб ржаной	20		1,32	0,24	7,92	39,60
Итого:	540	89,90	18,40	19,56	81,23	612,74

Завтрак (младшие)	выход	Ст-ть	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Печенье	20		1,48	1,88	5,42	62,14
Омлет натуральный	50		4,70	8,27	0,14	31,50
Каша кукурузная молочная с маслом сливочным	150/5		6,94	7,95	26,30	236,73
Чай с сахаром, с шиповником	200		0,13	0,02	8,20	34,02
Батон нарезной	75		5,63	2,60	46,25	198,00
Итого	500		18,88	20,72	86,31	562,39

Обед (младшие)	выход	Ст-ть	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Щи из св.капусты с картофелем	250		8,04	8,00	26,50	211,90
Биточки рыбные из минтая с молочным соусом	75/25		7,38	8,98	22,95	190,20
Пюре картофельное	180		5,70	8,30	14,90	189,00
Свекла отварная (доп.гарнир)	30		0,42	1,8	2,48	27,84
Сок фруктовый	200		1,00	0,00	20,20	84,80
Хлеб пшеничный	20		1,52	0,16	9,84	47,00
Хлеб ржаной	40		2,64	0,48	15,84	79,20
Итого	820		26,70	27,72	112,71	829,94
Всего	1320	136,02	45,58	48,44	199,02	1392,33

Горячий завтрак (старшие)	выход	Ст-ть	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Свекла отварная (доп.гарнир)	50		0,7	3	4,13	46,4
Биточки рыбные из минтая с молочным соусом	75/25		7,38	8,98	22,95	190,20
Пюре картофельное	180		12,20	11,04	46,67	356,20
Чай с сахаром, с шиповником	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
	570	93,31	23,25	23,44	99,71	713,42

Директор

Зав.сстоловой

