

ООО « АБК-ПЭЙМЕНТ»

Меню для учащихся

19 ноября 2025

Завтрак (младшие)	выход	Ст-ть	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Бутерброд с повидлом (30/30)	60		2,37	0,87	34,92	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		Белки	Жиры	Углев	Ккал
Суп лапша домашняя с картофелем	200		8,35	9,83	25,30	192,40
Тефтели мясные с геркулесом	90		6,30	11,91	14,86	169,59
Каша пшеничная (вязкая) с маслом сливочным	150/3		6,70	4,38	35,99	227,00
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	703		26,21	26,382	122,99	842,49
Всего	1203	136,02	45,30	46,53	210,22	1440,41

Горячий завтрак (старшие)	выход	Ст-ть	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Бутерброд с сыром	30/10		2,03	2,96	3,10	43,23
Тефтели мясные с геркулесом	100		8,52	15,03	21,51	187,48
Каша пшеничная (вязкая) с маслом сливочным	180/3		7,70	5,07	40,60	317,00
Чай с сахаром и лимоном	200		0,13	0,02	8,20	34,02
Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	70,50
Хлеб ржаной	30		1,98	0,36	11,88	59,40
Итого	583	93,31	23,54	23,68	100,05	711,63

Директор

Зав.производства

