

ООО « АБК-ПЭЙМЕНТ»

Меню для учащихся

20 октября 2025

Завтрак (младшие)	выход	Ст-ть	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Бутерброд с маслом сливочным (30/10)	40		2,36	7,49	14,89	136,00
Каша рисовая молочная с маслом сливочным	180/5		9,24	9,16	28,23	218,12
Чай с молоком и сахаром	200		1,52	1,35	8,92	53,07
Батон нарезной	75		5,60	2,16	35,36	195,52
Итого	500		18,72	20,16	87,40	602,71

Обед(младшие)	выход		Белки	Жиры	Углев	Ккал
Борщ из свежей капусты с картофелем и со сметаной	200/5		6,57	8,96	16,03	293,10
Сосиски отварные	100		9,32	6,06	5,98	95
Пюре картофельное с маслом сливочным	180/3		5,90	10,71	34,90	203,00
Огурцы свежие (доп.гарнир)	50		0,35	1,30	0,95	12,67
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	45		2,97	0,54	17,82	89,10
Итого	703		27,17	27,60	119,62	831,07
Всего	1203	136,02	45,89	47,76	207,02	1433,78

Горячий завтрак (старшие)	выход	Ст-ть	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Огурцы свежие (доп.гарнир)	60		0,42	1,56	1,14	15,2
Запеканка картофельная с мясом, с маслом сливочным	245/5		16,78	18,71	63,55	498
Чай с молоком и сахаром	200		1,52	1,35	8,92	53,07
Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	70,50
Хлеб ржаной	20		1,32	0,24	7,92	39,60
	560	93,31	22,32	22,10	96,29	676,37

Директор

Зав.производства

