

ООО «АБК-ПЭЙМЕНТ»

Меню для учащихся

22 ноября 2024

Завтрак (младшие)	выход	Ст-ть	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Фрукты (яблоки)	100		0,40	0,40	9,80	47,00
Каша ячневая молочная с маслом сливочным	150/3		10,61	13,83	41,62	331,89
Какао с молоком	200		4,08	3,54	2,61	58,60
Батон нарезной	50		3,75	1,45	25,70	131,00
Итого	503		18,84	19,22	79,73	568,49

Обед (младшие)	выход	Ст-ть	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Рассольник Ленинградский со сметаной	245/5		9,37	10,24	48,98	284,97
Плов из куриной грудки (50/150)	200		14,42	17,96	26,93	330,50
Компот из свежих яблок	200		0,16	0,16	10,91	46,60
Хлеб пшеничный	20		1,52	0,24	9,84	47,00
Хлеб ржаной	40		2,64	0,48	15,84	79,20
Итого	710		28,11	29,00	112,50	788,27
Всего	1213	122,10	46,95	48,22	192,23	1356,76

Горячий завтрак (старшие)	выход	Ст-ть	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Плов из куриной грудки (50/200)	250		18,10	22,45	39,60	439,60
Морковь свежая (порционно) (доп.гарнир)	40		0,78	0,06	3,84	19,80
Компот из свежих яблок	200		0,16	0,16	10,91	46,60
Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	70,50
Хлеб ржаной	40		2,64	0,48	15,84	79,20
	580	83,80	22,96	23,39	94,95	655,70

Директор

Зав.производства

