

ООО « АБК-ПЭЙМЕНТ »

Меню для учащихся

23 апреля 2025

Завтрак (младшие)	выход	Ст-ть	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Фрукты (яблоки)	100		0,40	0,40	9,80	47,00
Каша пшенная молочная	150		10,60	13,52	23,68	236,00
Чай с сахаром и лимоном	187/8/5		0,13	0,02	8,20	34,02
Батон нарезной	50		3,75	1,60	28,27	144,10
Итого:	500		15,43	15,39	67,38	448,02

Обед (младшие)	выход		Белки	Жиры	Углев	Ккал
Суп лапша домашняя с картофелем	200		4,35	4,83	29,30	92,40
Горошек консервированный (доп.гарнир)	40		1,09	2,87	5,82	53,52
Плов из куриной грудки (50/150)	200		15,42	17,96	38,93	390,50
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	700		25,72	26,36	120,89	789,92
Всего	1200	126,99	40,60	41,75	188,27	1237,94

Горячий завтрак (старшие)	выход	Ст-ть	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Фрукты (яблоки)	100		0,40	0,40	9,80	47,00
Плов из куриной грудки (50/200)	250		19,57	22,45	60,06	521,12
Чай с сахаром и лимоном	187/8/5		0,13	0,02	8,20	34,02
Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	70,50
	580	87,18	22,38	23,11	92,82	672,64

Директор

Зав.производства

