

ООО « АБК-ПЭЙМЕНТ »

Меню для учащихся

23 декабря 2024

| Завтрак (младшие) | выход | Ст-ть | Белки | Жиры | Углев | Ккал |
|---------------------------------------------|------------|-------|--------------|--------------|--------------|---------------|
| Яйцо вареное | 40 | | 5,08 | 4,60 | 0,28 | 63,00 |
| Каша « Дружба » молочная с маслом сливочным | 180/5 | | 6,24 | 11,16 | 35,23 | 258,12 |
| 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 | | 18,44 | 19,27 | 79,79 | 569,71 |

| Обед (младшие) | выход | | Белки | Жиры | Углев | Ккал |
|----------------------------------------------------------|-------------|---------------|--------------|--------------|---------------|----------------|
| Щи из св.капусты с картофелем, со сметаной | 200/5 | | 9,54 | 11,91 | 6,50 | 163,90 |
| Котлеты Домашние с гречкой | 90 | | 6,40 | 11,14 | 35,71 | 248,00 |
| Макаронные изделия (рожки) отварные с маслом сливочным | 150/3 | | 5,68 | 2,88 | 31,96 | 176,10 |
| Напиток из сухофруктов | 200 | | 0,70 | 0,10 | 22,03 | 92,90 |
| Хлеб ржаной | 55 | | 3,63 | 0,66 | 21,78 | 108,90 |
| Итого | 703 | | 25,95 | 26,69 | 117,98 | 789,80 |
| Всего | 1203 | 122,10 | 44,39 | 45,96 | 197,77 | 1359,51 |

| Горячий завтрак (старшие) | выход | Ст-ть | Белки | Жиры | Углев | Ккал |
|----------------------------------------------------------|------------|--------------|--------------|--------------|---------------|---------------|
| Котлеты Домашние с гречкой | 100 | | 8,90 | 12,37 | 33,67 | 275,55 |
| Макаронные изделия (рожки) отварные с маслом сливочным | 180/3 | | 9,64 | 7,60 | 33,35 | 241,94 |
| Свекла отварная (дольками) (доп.гарнир) | 30 | | 0,42 | 1,8 | 2,48 | 27,84 |
| Чай с молоком и сахаром | 200 | | 1,52 | 1,35 | 8,92 | 52,07 |
| Хлеб пшеничный | 20 | | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 47,00 |
| Хлеб ржаной | 20 | | 1,32 | 0,24 | 7,92 | 39,60 |
| | 553 | 83,80 | 23,32 | 23,52 | 100,18 | 685,00 |

Директор

Зав.производства

