ООО « АБК-ПЭЙМЕНТ»

Меню для учащихся

24 декабря 2024

Завтрак (младшие)	выход	Ст-ть	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Фрукты (яблоки)	100		0,40	0,40	9,80	47,00
Каша гречневая молочная (вязкая) с маслом сливочным	150/5		11,47	14,42	36,78	356,10
Кофейный напиток с молоком	200		3,17	2,68	9,98	60,10
Батон нарезной	45		3,37	1,30	23,13	117,90
Итого:	**500**		**18,41**	**18,80**	**79,69**	**581,10**

Обед (младшие)	выход		Белки	Жиры	Углев	Ккал
Рассольник Ленинградский	250		7,94	7,82	15,56	107,25
Запеканка картофельная с птицей	180		13,58	16,26	52,09	404,1
Капуста квашенная (доп.гарнир)	35		0,59	1,75	2,94	29,99
Напиток из яблок и изюма	200		0,20	0,10	19,82	68,12
Хлеб пшеничный	20		1,52	0,16	9,84	47,00
Хлеб ржаной	60		3,96	0,72	23,76	118,80
Итого	**745**		**25,81**	**26,45**	**112,13**	**715,86**
Всего	**1245**	**122,10**	**42,27**	**45,25**	**191,82**	**1296,96**

Горячий завтрак (старшие)	выход	Ст-ть	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Фрукты (яблоки)	100		0,40	0,40	9,80	47,00
Запеканка картофельная с птицей	250		17,60	21,60	39,68	425,3
Напиток из яблок и изюма	200		0,20	0,10	19,82	68,12
Хлеб пшеничный	30		1,52	0,16	9,84	47,00
Хлеб ржаной	30		1,98	0,36	11,88	59,40
	610	**83,80**	**21,70**	**22,62**	**91,02**	**646,82**

Директор

Зав.производства