

# ООО «АБК-ПЭЙМЕНТ»

Меню на 26 марта 2026

Муниципальное общеобразовательное учреждения

«Средняя общеобразовательная школа №2»

| Завтрак ( младшие)                             | выход      | Ст-ть | Белки        | Жиры         | Углев        | Ккал          |
|--|------------|-------|--------------|--------------|--------------|---------------|
| Бутерброд с сыром и маслом сливочным (30/15/5) | 50         |       | 6,27         | 7,86         | 14,83        | 155,00        |
| Каша геркулесовая молочная вязкая              | 185        |       | 4,99         | 7,40         | 28,81        | 206,30        |
| Какао с молоком                                | 200        |       | 4,08         | 3,54         | 2,61         | 58,60         |
| Батон нарезной                                 | 65         |       | 4,87         | 1,88         | 33,41        | 170,30        |
| <b>Итого</b>                                   | <b>500</b> |       | <b>20,21</b> | <b>20,68</b> | <b>79,66</b> | <b>590,20</b> |

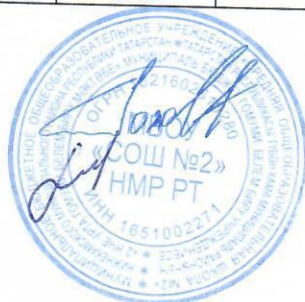
| Обед (младшие)                             | выход       |               | Белки        | Жиры         | Углев         | Ккал           |
|--|-------------|---------------|--------------|--------------|---------------|----------------|
| Щи из св.капусты с картофелем, со сметаной | 210         |               | 6,94         | 7,90         | 22,94         | 228,90         |
| Плов из куриной грудки (50/150)            | 200         |               | 15,42        | 18,96        | 49,93         | 418,50         |
| Свекла отварная ( доп.гарнир)              | 40          |               | 0,56         | 0,45         | 3,31          | 37,12          |
| Напиток из урюка                           | 200         |               | 0,75         | 1,00         | 15,95         | 68,52          |
| Хлеб ржаной                                | 50          |               | 3,30         | 0,60         | 19,80         | 99,00          |
| <b>Итого</b>                               | <b>700</b>  |               | <b>26,97</b> | <b>28,91</b> | <b>111,93</b> | <b>852,04</b>  |
| <b>Всего</b>                               | <b>1200</b> | <b>139,01</b> | <b>47,18</b> | <b>49,59</b> | <b>191,59</b> | <b>1442,24</b> |

| Горячий завтрак (старшие)        | выход      | Ст-ть        | Белки        | Жиры         | Углев        | Ккал          |
|----------------------------------|------------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------|
| Свекла отварная ( доп.гарнир)    | 40         |              | 0,56         | 0,45         | 3,31         | 37,12         |
| Плов из куриной грудки ( 50/200) | 250        |              | 14,28        | 18,70        | 60,41        | 488,00        |
| Какао с молоком                  | 200        |              | 4,08         | 3,54         | 2,61         | 58,60         |
| Хлеб пшеничный                   | 30         |              | 2,28         | 0,24         | 14,76        | 70,50         |
| Хлеб ржаной                      | 30         |              | 1,98         | 0,36         | 11,88        | 59,40         |
| <b>Итого</b>                     | <b>550</b> | <b>93,71</b> | <b>23,18</b> | <b>23,29</b> | <b>92,97</b> | <b>713,62</b> |

| Завтрак ( младшие)                | выход      | Ст-ть | Белки        | Жиры         | Углев         | Ккал           |
|-----------------------------------|------------|-------|--------------|--------------|---------------|----------------|
| Каша геркулесовая молочная вязкая | 205        |       | 9,21         | 13,40        | 41,21         | 286,03         |
| Напиток из урюка                  | 200        |       | 0,75         | 0,06         | 15,95         | 68,52          |
| Батон нарезной                    | 40         |       | 3,00         | 1,16         | 20,56         | 104,80         |
| <b>Итого</b>                      | <b>445</b> |       | <b>12,96</b> | <b>14,62</b> | <b>77,72</b>  | <b>459,35</b>  |
| <b>Всего</b>                      | <b>995</b> |       | <b>36,14</b> | <b>37,91</b> | <b>170,69</b> | <b>1172,97</b> |

Директор

Шеф-повар



Голованов В.В

Абдуллина Г.И