

## ООО « АБК-ПЭЙМЕНТ »

### Меню для учащихся

**28 ноября 2024**

| 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 с маслом сливочным | 180/5      |       | 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>592,20</b> |

| Обед (младшие)                                  | выход       | Ст-ть         | Белки        | Жиры         | Углев         | Ккал           |
|---|-------------|---------------|--------------|--------------|---------------|----------------|
| Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной | 200/5       |               | 8,57         | 10,69        | 28,93         | 293,10         |
| Котлеты « Нежные » из куриных грудок            | 90          |               | 6,60         | 12,93        | 13,79         | 169,80         |
| Каша пшеничная ( вязкая ) с маслом сливочным    | 150/5       |               | 6,70         | 4,38         | 35,99         | 227,00         |
| Напиток из урюка                                | 200         |               | 0,75         | 0,06         | 15,95         | 68,52          |
| Хлеб ржаной                                     | 50          |               | 3,30         | 0,60         | 19,80         | 36,64          |
| <b>Всего</b>                                    | <b>700</b>  |               | <b>25,92</b> | <b>28,66</b> | <b>114,46</b> | <b>795,06</b>  |
| <b>Итого</b>                                    | <b>1200</b> | <b>122,10</b> | <b>46,13</b> | <b>49,34</b> | <b>194,12</b> | <b>1385,26</b> |

| Горячий завтрак ( старшие )                  | выход      | Ст-ть        | Белки        | Жиры         | Углев        | Ккал          |
|--|------------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------|
| Печенье                                      | 20         |              | 1,28         | 1,88         | 5,42         | 62,14         |
| Котлеты « Нежные » из куриных грудок         | 100        |              | 6,83         | 13,11        | 21,32        | 188,66        |
| Каша пшеничная ( вязкая ) с маслом сливочным | 180/3      |              | 7,70         | 5,07         | 40,59        | 247,00        |
| Какао с молоком                              | 200        |              | 4,08         | 3,54         | 2,61         | 58,60         |
| Хлеб пшеничный                               | 20         |              | 1,52         | 0,16         | 9,84         | 47,00         |
| Хлеб ржаной                                  | 30         |              | 1,98         | 0,36         | 11,88        | 59,40         |
| <b>Итого</b>                                 | <b>553</b> | <b>83,80</b> | <b>23,59</b> | <b>24,12</b> | <b>91,66</b> | <b>662,80</b> |

Директор

Зав.производства

