

ООО «АБК-ПЭЙМЕНТ»

Меню для учащихся

29 сентября 20205

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 пшеничная молочная	200		10,06	10,86	35,49	280,46
Чай с сахаром, с яблоком	200		0,11	0,06	8,97	36,68
Батон нарезной	50		3,75	1,45	25,70	131,00
Итого:	500		20,19	20,23	84,99	603,14

Обед (младшие)	выход		Белки	Жиры	Углев	Ккал
Борщ из свежей капусты с картофелем и св сметаной	200/5		9,57	13,69	22,93	233,10
Котлеты «Нежные» из куриных грудок	90		6,30	9,63	21,79	199,80
Макаронные изделия (рожки) отварные с маслом сливочным	150/3		5,68	2,88	31,96	176,10
Напиток из плодов шиповника	200		0,60	0,10	20,20	123,60
Хлеб пшеничный	20		1,52	0,16	9,84	47,00
Хлеб ржаной	40		2,64	0,48	15,84	79,20
Итого	708		26,31	26,94	122,56	858,80
Всего	1208	136,02	46,50	47,17	207,55	1461,94

Горячий завтрак (старшие)	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
Котлеты «Нежные» из куриных грудок	100		7,00	10,70	24,21	221,11
Макаронные изделия (рожки) отварные с маслом сливочным	180/3		7,64	5,15	40,45	241,00
Чай с сахаром, с яблоком	200		0,11	0,06	8,97	36,68
Хлеб ржаной	30		1,98	0,36	11,88	59,40
	563	93,31	23,00	24,13	100,34	713,19

Директор

Зав.производства

