

ООО «АБК –ПЭЙМЕНТ»

Меню для учащихся

28 сентября 2023

Завтрак МЛАДШИЕ	выход	Ст-ть	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Блины с маслом сливочным	45/5		2,52	4,31	14,02	105,00
Каша пшеничная молочная	200		12,58	13,98	38,7	293,8
Чай с сахаром	200		0,07	0,02	8,00	32,00
Батон нарезной	50		3,75	1,45	25,70	131,00
Итого:	500		18,92	19,76	86,45	561,80

Обед МЛАДШИЕ	выход		Белки	Жиры	Углев	Ккал
Щи из свежей капусты с картофелем	200		8,61	12,96	26,32	271,80
Котлеты «Нежные» из куриных грудок	90		12,89	8,41	28,78	201,80
Картофельное пюре с маслом сливочным	150/3		1,09	6,98	10,48	147,05
Кисель	200		0,60	0,10	30,20	103,60
Хлеб пшеничный	35		2,66	0,28	17,22	82,25
Хлеб ржаной	25		1,65	0,30	9,90	49,50
Всего	703		27,50	29,03	122,90	856,00
Итого	1203	115,14	46,42	48,79	209,35	1417,80

Завтрак старшие	выход	Ст-ть	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Печенье	30		2,22	2,82	21,93	122,10
Котлеты «Нежные» из куриных грудок	100		13,22	15,14	35,32	322,00
Картофельное пюре с маслом сливочным	180/3		3,86	7,18	22,58	178,2
Чай с сахаром	200		0,07	0,02	8,00	32,00
Хлеб пшеничный	20		1,50	0,16	9,84	47,00
Хлеб ржаной	20		1,32	0,24	7,92	39,60
	553	79,00	22,19	23,56	95,59	710,90

Директор
Зав.производства

