

ООО «АБК –ПЭЙМЕНТ»

Меню для учащихся

13 декабря 2023

Завтрак МЛАДШИЕ	выход	Ст-ть	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Фрукты (яблоки)	100		0,40	0,40	9,80	47,00
Сырники из творога с повидлом	120/30		15,50	15,31	8,00	378,2
Чай с сахаром	200		0,07	0,02	10,61	32,00
Батон нарезной	50		3,76	1,74	30,84	132,00
Итого:	503		19,02	20,16	87,46	592,65

Обед МЛАДШИЕ	выход	Ст-ть	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Суп лапша домашняя с картофелем	200		8,15	9,27	43,96	254,60
Плов из куриной грудки (50/150)	200		14,42	18,43	40,93	370,50
Горошек консервированный(доп.гарнир)	30		0,87	0,82	1,74	17,76
Кисель	200		0,16	0,16	10,91	46,60
Хлеб пшеничный	25		1,50	0,16	9,84	47,00
Хлеб дарницкий	45		1,32	0,24	7,92	39,60
Всего	700		26,45	28,28	118,83	783,07
Итого	1203	115,14	45,47	48,44	206,29	1375,72

Завтрак старшие	выход	Ст-ть	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Фрукты (яблоки)	100		0,40	0,40	9,80	47,00
Запеканка из творога с повидлом	170/30		19,53	18,18	48,50	552,80
Какао с молоком	200		0,08	4,54	10,61	38,60
Хлеб пшеничный	25		1,87	0,20	12,30	58,75
Хлеб ржаной	25		1,65	0,30	9,90	49,50
	550	79,00	23,53	23,62	91,11	706,65

Директор
Зав.производства

