

ООО «АБК –ПЭЙМЕНТ»

Меню для учащихся

14 февраля 2024

Завтрак (младшие)	выход	Ст-ть	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Фрукты (яблоки)	100		0,40	0,40	9,80	47,00
Каша пшениная молочная с маслом сливочным	150/5		11,26	14,01	23,68	247,80
Чай с сахаром и лимоном	187/8/5		0,13	0,02	8,20	34,02
Батон нарезной	45		3,38	1,31	23,13	117,90
Итого:	500		15,17	15,74	64,81	446,72

Обед (младшие)	выход		Белки	Жиры	Углев	Ккал
Суп гороховый с гречками	200/5		7,24	7,96	30,41	250,82
Котлеты Здоровье из куриных грудок	90		11,20	10,96	24,82	229,63
Каша гречневая вязкая с маслом сливочным	150/3		4,60	7,19	20,56	165,30
Напиток из сухофруктов	200		0,70	0,10	22,03	92,90
Хлеб пшеничный	25		1,90	0,20	12,30	58,75
Хлеб ржаной	30		1,98	0,36	11,88	59,40
Всего	703		27,62	26,77	122,00	856,80
Итого	1203	119,21	42,79	42,51	186,81	1303,52

Завтрак (старшие)	выход	Ст-ть	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Котлеты Здоровье из куриных грудок	100		12,44	12,17	27,57	295,14
Каша гречневая вязкая с маслом сливочным	180/3		5,22	8,19	24,67	194,40
Икра кабачковая (доп.гарнир)	30		0,81	2,15	4,36	40,14
Чай с сахаром и лимоном	187/8/5		0,13	0,02	8,20	34,02
Хлеб пшеничный	20		1,52	0,16	22,14	47,00
Хлеб ржаной	20		1,32	0,24	7,92	39,60
Итого	553	82,20	21,74	22,93	94,86	650,30

Директор
Зав.производства

