

ООО «АБК –ПЭЙМЕНТ»

Меню для учащихся

16 февраля 2024

Завтрак МЛАДШИЕ	выход	Ст-ть	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Фрукты (яблоки)	100		0,40	0,40	9,80	47,00
Каша ячневая молочная с маслом сливочным	150/3		0,61	9,83	21,12	211,89
Какао с молоком	200		4,08	3,54	2,61	58,60
Батон нарезной	50		3,76	1,74	30,84	132,00
Итого:	503		14,85	15,51	64,37	449,49

Обед МЛАДШИЕ	выход	Ст-ть	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Свекла отварная (дольками)	60		0,84	3,61	4,96	55,68
Суп картофельный с вермишелью	200		6,15	4,27	25,96	114,60
Гуляш из куриной грудки (50/50)	100		8,64	9,83	13,40	209,39
Каша пшеничная вязкая	150		4,18	5,01	23,94	157,5
Компот из свежих яблок	200		0,16	0,16	10,91	46,60
Хлеб пшеничный	20*		1,52	0,16	9,84	47,00
Хлеб ржаной	20		1,32	0,24	7,92	39,60
Всего	750		22,81	28,28	96,93	670,37
Итого	1253	119,21	37,66	48,55	161,30	1119,86

Завтрак старшие	выход	Ст-ть	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Гуляш из куриной грудки (50/50)	100		8,64	12,83	13,40	209,39
Каша пшеничная вязкая	180		6,01	3,71	42,72	265
Свекла отварная (дольками)(доп.гарнир)	30		0,42	1,8	2,48	27,84
Какао с молоком	200		4,08	3,54	2,61	58,60
Хлеб пшеничный	20		1,52	0,16	22,14	47,00
Хлеб ржаной	20		1,32	0,24	7,62	39,60
Итого:	550	82,20	21,99	22,28	91,27	647,43

Директор

Зав.производства

