

ООО «АБК –ПЭЙМЕНТ»

Меню для учащихся

20 октября 2023

Завтрак МЛАДШИЕ	выход	Ст-ть	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Фрукты (яблоко)	100		0,90	0,20	8,10	43,00
Каша кукурузная молочная	180		23,59	17,75	43,31	350,20
Чай с сахаром и лимоном	187/8/5		0,13	0,02	8,20	34,02
Батон нарезной	50		3,75	1,45	25,70	131,00
Итого:	530		18,37	19,42	85,31	558,22

Обед МЛАДШИЕ	выход		Белки	Жиры	Углев	Ккал
Суп гороховый с гречками	200/10		7,49	14,58	40,36	278,62
Птица тушеная в сметанно-томатном соусе	50/50		11,65	11,66	3,51	166,00
Макаронные изделия (рожки) отварные с маслом сливочным	150/3		5,78	1,28	42,96	226,10
Компот из свежих яблок	200		0,16	0,16	10,91	46,60
Хлеб пшеничный	20		1,50	0,16	9,84	47,00
Хлеб ржаной	20		1,32	0,24	7,92	39,60
Всего	703		27,90	28,08	115,50	803,92
Итого	1233	115,14	46,27	47,50	200,81	1362,14

Завтрак старшие	выход	Ст-ть	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Печенье	35		2,59	3,29	11,58	142,45
Птица тушеная в сметанно-томатном соусе	50/50		11,65	11,66	3,51	166,00
Макаронные изделия (рожки) отварные с маслом сливочным	180/5		6,66	9,04	31,8	235,14
Чай с сахаром и лимоном	187/8/5		0,13	0,02	8,20	34,02
Хлеб ржаной	30		1,78	0,32	10,69	53,46
	550	79,00	22,81	24,13	95,78	651,07

Директор
Зав.производства

