

# ООО « АБК-ПЭЙМЕНТ »

## Меню для учащихся

21 февраля 2024

Завтрак МЛАДШИЕ	выход	Ст-ть	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Фрукты (яблоки)	100		0,40	0,40	9,80	47,00
Каша пшенная молочная	150		10,60	13,52	23,68	236,00
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
<b>Итого:</b>	<b>503</b>		<b>14,88</b>	<b>15,39</b>	<b>67,38</b>	<b>448,02</b>

Обед МЛАДШИЕ	выход		Белки	Жиры	Углев	Ккал
Суп лапша домашняя с картофелем	200		4,35	4,83	29,30	92,40
Плов из куриной грудки (50/150)	200		15,42	17,96	38,93	390,50
Икра кабачковая	40		1,09	2,87	5,82	53,52
Кисель	200		0,60	0,10	20,20	123,60
Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	70,50
Хлеб ржаной	30		1,98	0,36	11,88	59,40
<b>Всего</b>	<b>700</b>		<b>25,72</b>	<b>26,36</b>	<b>120,89</b>	<b>789,92</b>
<b>Итого</b>	<b>1203</b>	<b>119,71</b>	<b>40,66</b>	<b>41,75</b>	<b>188,27</b>	<b>1237,94</b>

Завтрак старшие	выход	Ст-ть	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Фрукты (яблоки)	100		0,40	0,40	9,80	47,00
Плов из куриной грудки (50/200)	250		19,57	22,45	60,06	521,12
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
<b>Итого:</b>	<b>570</b>	<b>82,20</b>	<b>21,62</b>	<b>23,03</b>	<b>100,20</b>	<b>649,14</b>

Директор

Зав.производства

