

ООО «АБК – ПЭЙМЕНТ»

Меню для учащихся

11 сентября 2023 год

Завтрак (младшие)	выход	Ст-ть	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Каша геркулесовая молочная	200		11,23	13,86	21,00	216,00
Чай с сахаром, с яблоком	200		0,11	0,06	8,97	36,68
Печенье	30		2,22	2,82	21,93	122,10
Батон нарезной	70		5,25	2,03	35,98	183,40
Итого:	500		18,81	18,77	87,88	558,18

Обед (младшие)	выход	Ст-ть	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной	200/5		5,57	8,69	18,93	191,10
Сосиски отварные	100		9,60	13,84	0,36	201,12
Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	150/3		4,90	7,69	45,56	265,30
Сок фруктовый	200		1,00	0,00	20,20	84,80
Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	70,50
Хлеб ржаной	25		1,65	0,30	9,90	49,50
Итого	713	115,14	25,00	30,76	109,71	862,32
Всего	1213		43,81	49,53	197,59	1420,5

Горячий завтрак (младшие)	выход	Ст-ть	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Фрукты (яблоки)	100		0,40	0,40	9,80	47,00
Сосиски отварные	100		9,60	13,84	0,36	201,12
Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	150/3		4,90	7,69	45,56	265,30
Чай с сахаром, с яблоком	200		0,11	0,06	8,97	36,68
Хлеб ржаной	20		1,32	0,24	7,92	39,60
	573	77,59	16,33	22,23	72,61	589,70

Завтрак (старшие)	выход	Ст-ть	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Фрукты (яблоки)	100		0,9	0,20	8,1	43,00
Сосиски отварные	100		9,60	10,42	0,36	201,12
Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	180/3		10,34	9,49	46,41	312,30
Чай с сахаром, с яблоком	200		0,11	0,06	8,97	36,68
Хлеб ржаной	20		1,78	0,32	10,69	53,46
	603	79,00	22,73	20,49	74,53	646,56

Директор

Зав. производством

