

# ООО «АБК –ПЭЙМЕНТ»

## Меню для учащихся

12 апреля 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
<b>Итого:</b>	<b>503</b>		<b>14,85</b>	<b>15,51</b>	<b>64,37</b>	<b>449,49</b>

Обед (младшие)	выход		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	19,06	114,60
Гуляш из куриной грудки (50/50)	100		8,64	9,83	13,40	209,39
Каша пшениная вязкая	150		4,18	5,01	23,94	177,5
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
<b>Всего</b>	<b>750</b>		<b>22,81</b>	<b>28,28</b>	<b>96,93</b>	<b>690,37</b>
<b>Итого</b>	<b>1253</b>	<b>119,21</b>	<b>37,66</b>	<b>48,55</b>	<b>161,30</b>	<b>1139,86</b>

Горячий 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 пшениная вязкая	180		6,01	3,71	62,72	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
	<b>550</b>	<b>82,20</b>	<b>21,99</b>	<b>22,28</b>	<b>98,97</b>	<b>647,43</b>

Директор

Зав.производства

