

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
Итого:	503		14,85	15,51	64,37	449,49

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 пшеничная 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
Всего	750		22,81	28,28	96,93	690,37
Итого	1253	119,21	37,66	48,55	161,30	1139,86

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 пшеничная 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
	550	82,20	21,99	22,28	98,97	647,43

Директор

Зав.производства

