

ООО « АБК-ПЭЙМЕНТ »

Меню для учащихся

13 января 2025

Завтрак (младшие)	выход	Ст-ть	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Яйцо вареное	40		5,08	4,60	0,28	63,00
Каша « Дружба » молочная с маслом сливочным	180/5		6,24	11,16	35,23	258,12
Чай с молоком и сахаром	200		1,52	1,35	8,92	53,07
Батон нарезной	75		5,60	2,16	35,36	195,52
Итого:	500		18,44	19,27	79,79	569,71

Обед (младшие)	выход	Ст-ть	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Щи из св.капусты с картофелем, со сметаной	200/5		9,54	11,91	6,50	163,90
Котлеты Домашние с гречкой	90		6,40	11,14	35,71	248,00
Макаронные изделия (рожки) отварные с маслом сливочным	150/3		5,68	2,88	31,96	176,10
Напиток из сухофруктов	200		0,70	0,10	22,03	92,90
Хлеб ржаной	55		3,63	0,66	21,78	108,90
Итого	703		25,95	26,69	117,98	789,80
Всего	1203	126,99	44,39	45,96	197,77	1359,51

Горячий завтрак (старшие)	выход	Ст-ть	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Котлеты Домашние с гречкой	100		8,90	12,37	33,67	275,55
Макаронные изделия (рожки) отварные с маслом сливочным	180/3		9,64	7,60	33,35	241,94
Свекла отварная (дольками) (доп.гарнир)	30		0,42	1,8	2,48	27,84
Чай с молоком и сахаром	200		1,52	1,35	8,92	52,07
Хлеб пшеничный	20		1,52	0,16	9,84	47,00
Хлеб ржаной	20		1,32	0,24	7,92	39,60
	553	87,18	23,32	23,52	100,18	685,00

Директор

Зав.производства

