

# ООО « АБК-ПЭЙМЕНТ »

## Меню для учащихся

15 января 2025

Горячий завтрак (младшие)	выход	Ст-ть	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Бутерброд с повидлом (30/30)	60		2,37	0,87	34,92	153,60
Каша пшеничная молочная	200		13,60	17,67	23,55	305,50
Чай с сахаром и лимоном	187/8/5		0,13	0,02	8,20	34,02
Батон нарезной	40		2,99	1,15	20,56	104,80
<b>Итого:</b>	<b>500</b>		<b>19,09</b>	<b>19,71</b>	<b>87,23</b>	<b>597,92</b>

Обед (младшие)	выход		Белки	Жиры	Углев	Ккал
Суп лапша домашняя с картофелем	200		6,35	7,83	39,30	192,40
Плов из куриной грудки ( 50/150)	200		14,42	17,96	26,93	330,50
Морковь свежая (порц) (доп.гарнир)	40		0,52	0,04	2,56	13,20
Напиток из плодов шиповника	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>Итого</b>	<b>700</b>		<b>26,15</b>	<b>26,53</b>	<b>115,63</b>	<b>789,60</b>
<b>Всего</b>	<b>1200</b>	<b>126,99</b>	<b>45,24</b>	<b>46,24</b>	<b>202,86</b>	<b>1387,52</b>

Горячий завтрак (старшие)	выход	Ст-ть	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Бутерброд с повидлом ( 30/30)	60		2,37	0,87	34,92	153,60
Плов из куриной грудки (50/200)	250		18,10	22,45	39,60	439,60
Чай с сахаром и лимоном	187/8/5		0,13	0,02	8,20	34,02
Хлеб пшеничный	20		1,52	0,16	9,84	47,00
Хлеб ржаной	20		1,32	0,24	7,92	39,60
	<b>550</b>	<b>87,18</b>	<b>23,44</b>	<b>23,74</b>	<b>100,48</b>	<b>713,82</b>

Директор

Зав.производства

