

ООО « АБК-ПЭЙМЕНТ »

Меню для учащихся

30 января 2025

Завтрак (младшие)	выход		Белки	Жиры	Углев	Ккал
Бутерброд с сыром и маслом сливочным (30/15/5)	50		6,27	7,86	14,83	155,00
Каша геркулесовая молочная вязкая с маслом сливочным	180/5		4,99	7,40	28,81	206,30
Какао с молоком	200		4,08	3,54	2,61	58,60
Батон нарезной	65		4,87	1,88	33,41	170,30
Итого	500	80,66	20,21	20,68	79,66	590,20

Обед (младшие)	выход	Ст-ть	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Борщ из свежей капусты с картофелем	250		2,80	6,92	16,93	133,75
Овощи тушеные с мясом	50/150		14,05	15,97	32,80	374,45
Напиток из урюка	200		0,75	0,06	15,95	68,52
Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	70,50
Хлеб ржаной	40		2,64	0,48	15,84	79,20
Итого	720		22,52	23,67	96,28	726,42
Всего	1220	126,99	42,73	44,35	175,94	1316,62

Горячий завтрак (старшие)	выход		Белки	Жиры	Углев	Ккал
Морковь свежая (пор) (доп.гарнир)	100		1,70	4,80	8,46	85,70
Овощи тушеные с мясом (50/200)	250		18,80	13,11	56,00	507,50
Напиток из урюка	200		0,75	3,54	15,95	68,52
Хлеб пшеничный	20		1,52	0,16	9,84	47,00
Хлеб ржаной	20		1,32	0,36	7,92	39,60
Итого	590	87,18	23,60	24,12	100,47	708,35

Директор

Зав.производства

