

**ООО « АБК-ПЭЙМЕНТ »**

**Меню для учащихся**

**31 января 2025**

<b>Завтрак (младшие)</b>	<b>выход</b>	<b>Ст-ть</b>	<b>Белки</b>	<b>Жиры</b>	<b>Углев</b>	<b>Ккал</b>
<b>Фрукты ( яблоки)</b>	100		0,40	0,40	9,80	47,00
<b>Сырники из творога со стуженным молоком</b>	120/30		15,55	18,35	36,06	398,93
<b>Чай с сахаром</b>	200		0,07	0,02	8,00	32,00
<b>Батон нарезной</b>	50		3,75	1,45	25,70	131,00
<b>Итого:</b>	<b>500</b>		<b>19,77</b>	<b>20,22</b>	<b>79,56</b>	<b>608,93</b>

<b>Обед( младшие)</b>	<b>выход</b>	<b>Ст-ть</b>	<b>Белки</b>	<b>Жиры</b>	<b>Углев</b>	<b>Ккал</b>
<b>Суп картофельный с горохом</b>	200		4,35	5,22	26,53	218,60
<b>Сосиска с томатным соусом, с кашей гречневой</b>	50/20/180		13,62	17,31	39,57	326,70
<b>Компот из свежих яблок</b>	200		0,16	0,16	10,91	46,60
<b>Хлеб пшеничный</b>	30		2,28	0,24	14,76	70,50
<b>Хлеб ржаной</b>	30		1,98	0,36	11,88	59,40
<b>Итого</b>	<b>710</b>		<b>22,39</b>	<b>23,29</b>	<b>103,65</b>	<b>721,80</b>
<b>Всего</b>	<b>1210</b>	<b>126,99</b>	<b>42,16</b>	<b>43,51</b>	<b>183,21</b>	<b>1330,73</b>

<b>Горячий завтрак ( старшие)</b>	<b>выход</b>	<b>Ст-ть</b>	<b>Белки</b>	<b>Жиры</b>	<b>Углев</b>	<b>Ккал</b>
<b>Фрукты ( яблоки)</b>	100		0,40	0,40	9,80	47,00
<b>Запеканка из творога с повидлом (170/30)</b>	200		19,63	22,18	51,50	502,80
<b>Чай с сахаром</b>	200		0,07	0,02	8,00	32,00
<b>Хлеб пшеничный</b>	20		1,52	0,16	9,84	47,00
<b>Хлеб ржаной</b>	30		1,98	0,36	11,88	59,40
<b>Итого:</b>	<b>550</b>	<b>87,18</b>	<b>23,60</b>	<b>23,12</b>	<b>91,02</b>	<b>688,20</b>

Директор

Зав.производства

