

ООО "АБК-Пэймент"
21.02.2025 год
столовой общеобразовательной школы №9

пятница		Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Завтрак (младшие)						
Фрукты (яблоко)		100	0,4	0,4	9,8	47
Каша ячневая молочная с маслом сливочным	150/3		6,61	9,83	21,12	211,89
Какао с молоком		200	4,08	3,54	2,61	58,6
Батон нарезной		50	3,76	1,74	30,84	132
Итого:		503	14,85	15,51	64,37	449,49
Обед (младшие)						
Свекла отварная (дольками)		60	0,84	3,61	4,96	55,68
Суп картофельный с крупой перловой		200	7,15	4,27	18,06	114,6
Гуляш из куриной грудки	50/50		8,64	9,83	13,4	209,39
Пюре картофельное		150	3,09	4,98	39,48	177,55
Компот из свежих яблок		200	0,16	0,16	10,91	46,6
Хлеб пшеничный		20	1,52	0,16	9,84	47
Хлеб ржаной		20	1,32	0,24	7,92	39,6
Итого:	126,99	750	22,72	23,25	104,57	690,42
Всего:		1253	37,57	38,76	168,94	1139,91
Завтрак (старшие)						
Фрукты (яблоко)		100	0,4	0,4	9,8	47
Каша ячневая молочная с маслом сливочным		200/3	9,72	12,97	29,87	279,69
Какао с молоком		200	4,08	3,54	2,61	58,6
Батон нарезной		50	3,76	1,74	30,84	132
Итого:		553	17,96	18,65	73,12	517,29
Обед (старшие)						
Суп картофельный с крупой перловой		250	11,2	5,33	29,7	269,25
Гуляш из куриной грудки	50/50		8,64	12,83	13,4	209,39
Пюре картофельное		180	3,68	5,76	44,53	164,7
Свекла отварная (дольками)		50	0,7	3	4,13	46,4
Компот из свежих яблок		200	0,16	0,16	10,91	46,6
Хлеб ржаной		20	1,32	0,24	7,92	39,6
Итого:		800	25,7	27,32	110,59	775,94
Всего:	131,9	1353	43,66	45,97	183,71	1293,232
Горячий завтрак (старшие)						
Гуляш из куриной грудки	50/50		8,64	12,83	13,4	209,39
Пюре картофельное		180	3,68	5,76	44,53	164,7
Свекла отварная (дольками)		30	0,42	1,8	2,48	27,84
Какао с молоком		200	4,08	3,54	2,61	58,6
Хлеб пшеничный		20	1,52	0,16	9,84	47
Хлеб ржаной		20	1,32	0,24	7,92	39,6
Итого:	87,18	580	21,48	22,25	100,02	646,8

Директор школы

Мухаметзянова А.И.

Шеф-повар

Зайнутдинова С.В.

