

ООО "АБК-Пэймент"

01.10.2025 год

столовой общеобразовательной школы №9

среда

Наименование продуктов

Завтрак (младшие)

Наименование продуктов	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Фрукты (яблоко)	100	0,4	0,4	9,8	47
Каша пшеничная молочная	200	14,6	17,67	36,55	355,5
Чай с сахаром и лимоном	187/8/5	0,13	0,02	8,2	34,02
Батон нарезной	50	3,75	1,45	25,7	131

Итого: 550 18,88 19,54 80,25 567,52

Обед (младшие)

Суп картофельный с вермишелью	200	6,15	7,47	9,06	204,6
Котлеты из говядины с овощами	75/25	10,58	10,98	16,21	195,2
Каша гречневая вязкая с маслом сливочным	150/3	4,6	7,19	28,56	195,3
Напиток из сухофруктов	200	0,7	0,1	22,03	92,9
Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47
Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	15,84	79,2

Итого: 136,02 713 26,19 26,38 112,54 784,2

Всего: 1263 45,07 45,92 192,79 1351,72

Горячий завтрак (старшие)

Фрукты (яблоко)	100	0,4	0,4	9,8	47
Котлеты из говядины с овощами	75/25	10,58	10,98	16,21	195,2
Каша гречневая вязкая с маслом сливочным	180/3	9,62	12,89	55,67	348,4
Чай с сахаром и лимоном	187/8/5	0,13	0,02	8,2	34,02
Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47
Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	7,92	39,6

Итого: 93,31 623 23,57 24,09 100,04 711,22

Дополнительное питание (старшие)

Каша пшеничная молочная вязкая с маслом сливочным	200/5	13,13	15,79	56,97	441,02
Напиток из сухофруктов	200	0,7	0,1	22,03	92,9
Батон нарезной	40	3	1,16	20,56	104,8

Итого: 445 16,83 17,05 99,56 638,72

Всего: 141,16 1068 40,4 41,14 199,6 1349,94

Горячий завтрак (младшие)

Фрукты (яблоко)	100	0,4	0,4	9,8	47
Котлеты из говядины с овощами	75/25	10,58	10,98	16,21	195,2
Каша гречневая вязкая с маслом сливочным	150/3	4,6	7,19	28,56	195,3
Чай с сахаром и лимоном	187/8/5	0,13	0,02	8,2	34,02
Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47
Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	7,92	39,6

Итого: 89,9 593 18,55 18,99 80,53 558,12

Директор школы

Мухаметзянова А.И.

Шеф повар

Зайнутдинова С.В.

