

# ООО "АБК-ПЭЙМЕНТ"

Меню на 30.04.2026 год

Средняя общеобразовательная школа №9

	стои-ть	выход	белки	жиры	угл-ды	ккал.
<b>Завтрак (младшие)</b>		20	1,48	1,88	5,42	62,14
Печенье		50	4,70	8,27	0,14	31,50
Омлет натуральный		155	6,94	7,95	26,30	236,73
Каша кукурузная молочная		200	0,13	0,02	8,20	34,02
Чай с сахаром с шиповником		75	5,60	2,16	35,36	195,52
Батон нарезной		<b>500</b>	<b>18,85</b>	<b>20,28</b>	<b>75,42</b>	<b>559,91</b>
<b>Итого</b>		250	8,04	8,00	26,50	211,90
<b>Обед (младшие)</b>		75/25	7,38	8,98	22,95	190,20
Щи из свежей капусты с картофелем		180	5,70	8,30	14,9	189,00
Биточки рыбные из минтая с молочным соусом		30	0,42	1,80	2,48	27,84
Пюре картофельное		200	1,00	0,00	20,20	84,80
Свекла отварная (доп. гарнир)		20	1,52	0,16	9,84	47,00
Сок фруктовый		40	2,64	0,48	15,84	79,20
Хлеб пшеничный		<b>820</b>	<b>26,70</b>	<b>27,72</b>	<b>112,71</b>	<b>829,94</b>
Хлеб ржаной		<b>1320</b>	<b>45,55</b>	<b>48,00</b>	<b>188,13</b>	<b>1389,85</b>
<b>Итого:</b>	<b>139,01</b>					
<b>Всего:</b>						
<b>Горячий завтрак (младшие)</b>		20	1,48	1,88	5,42	62,14
Печенье		75/25	7,38	8,98	22,95	190,20
Биточки рыбные из минтая с молочным соусом		180	5,70	8,30	14,90	189,00
Пюре картофельное		200	1,00	0,00	20,20	84,80
Сок фруктовый		20	1,52	0,16	9,84	47,00
Хлеб пшеничный		20	1,32	0,24	7,92	39,60
Хлеб ржаной		<b>540</b>	<b>18,40</b>	<b>19,56</b>	<b>81,23</b>	<b>612,74</b>
<b>Итого:</b>	<b>92,89</b>					
<b>Горячий завтрак (старшие)</b>		50	0,70	3,00	4,13	46,40
Свекла отварная (доп. гарнир)		75/25	7,38	8,98	22,95	190,20
Биточки рыбные из минтая с молочным соусом		200	10,90	9,54	42,54	324,00
Пюре картофельное		200	0,13	0,02	8,20	34,02
Чай с сахаром с шиповником		15	1,14	0,12	7,38	35,25
Хлеб пшеничный		20	1,32	0,24	7,92	39,60
Хлеб ржаной		<b>585</b>	<b>21,57</b>	<b>21,90</b>	<b>93,12</b>	<b>669,47</b>
<b>Итого:</b>	<b>93,71</b>					
<b>Дополнительное питание (старшие)</b>		50	4,70	8,27	0,14	31,50
Омлет натуральный		185	8,32	9,54	31,56	284,00
Каша кукурузная молочная		200	1,00	0,00	20,20	84,80
Сок фруктовый		40	3,00	1,16	20,56	104,80
Батон нарезной		<b>475</b>	<b>17,02</b>	<b>18,97</b>	<b>72,46</b>	<b>505,10</b>
<b>Итого:</b>	<b>141,56</b>	<b>1060</b>	<b>38,59</b>	<b>40,87</b>	<b>165,58</b>	<b>1174,57</b>
<b>Всего:</b>						

Директор школы №9

Шеф-повар



Мухаметзянова А.И.

Зайнутдинова С.В.