

ООО "АБК-Пэймент"
3 февраля 2025 г.
столовая МБОУ "СОШ №10" НМР РТ

2 неделя Понедельник

Наименование блюд	Выход	Стоимость	Белки,г	Жиры,г	Угл-ды,г	ЭЦ,ккал
Меню двухразовое (старшие)						
Завтрак						
Каша пшеничная молочная с маслом	240/3		9,4	10,2	19,1	180,3
Крекер	35		3,15	6,3	16,56	157,5
Чай с сахаром,с яблоком	200		0,11	0,06	8,97	36,68
Батон нарезной	75		5,6	2,16	35,36	195,52
Итого	553		18,26	18,72	79,99	570
Обед						
Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной	250/5		1,95	13,29	11,1	144,68
Биточки рыбные с молочным соусом	90/20		10,68	13,98	30,95	290,2
Макароны отварные с маслом	180/3		9,64	7,6	33,35	241,94
Сок	200		1	0	20,2	84,8
Хлеб Пшеничный/Дарницкий	30/30		2,28/1,98	0,24/0,36	14,76/11,88	70,5/59,4
Итого	808	131,9	27,53	28,98	120,64	851,52
Меню двухразовое (младшие)						
Завтрак						
Печенье	40		2,96	3,76	10,84	124,28
Каша пшеничная молочная	200		8,56	9,8	19,49	174,46
Чай с сахаром,с яблоком	200		0,11	0,06	8,97	36,68
Батон	60		4,5	1,74	30,84	157,2
Итого	500		16,13	15,36	70,14	492,62
Обед						
Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной	200/5		1,57	10,69	8,93	113,1
Биточки рыбные	90		10,68	8,98	16,21	170,2
Макароны отварные с маслом	150/3		5,68	2,88	31,96	176,1
Сок	200		1	0	20,2	84,8
Хлеб Пшеничный/Дарницкий	30/30		2,28/1,98	0,24/0,36	14,76/11,88	70,5/59,4
Итого	708	126,99	23,19	23,15	103,94	674,1
Горячий завтрак(младшие)						
Бутерброд с маслом (30/10)	40		2,41	6,69	15,89	152
Биточки рыбные	90		10,68	8,98	16,21	170,2
Макароны отварные с маслом	150/3		5,68	2,88	31,96	176,1
Чай с сахаром,с яблоком	200		0,11	0,06	8,97	36,68
Хлеб Дарницкий	20		1,32	0,24	7,92	39,6
Итого	503	83,89	20,2	18,85	80,95	574,58
Горячий завтрак(старшие)						
Яблоко	100		0,4	0,4	9,8	47
Биточки рыбные с молочным соусом	90/20		10,68	13,98	30,95	290,2
Макароны отварные с маслом	180/3		9,64	7,6	33,35	241,94
Чай с сахаром	200		0,11	0,06	8,97	36,68
Хлеб дарницкий	20		1,32	0,24	7,92	39,6
Итого	613	87,18	22,15	22,28	90,99	670,42

Директор

Шеф повар



Р. Муллахметова