

**ООО "АБК-Пэймент"**  
**Меню на 8 апреля 2024 года**  
**столовая МБОУ "СОШ №10" НМР РТ**

2 неделя Понедельник

Наименование блюд	Выход	Белки,г	Жиры,г	Угл-ды,г	ЭЦ,ккал
<b>Меню двухразовое (старшие)</b>					
<b>Завтрак</b>					
Каша пшеничная молочная с маслом	240/3	10,4	11,9	23,6	211,96
Печенье	40	2,96	3,76	10,84	124,28
Чай с сахаром,с яблоком	200	0,11	0,06	8,97	36,68
Батон нарезной	70	4,5	1,74	30,84	157,2
<b>Итого</b>	<b>553</b>	<b>18,69</b>	<b>17,73</b>	<b>76,41</b>	<b>555,4</b>
<b>Обед</b>					
Борщ из свежей капусты с картофелем	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 фруктовый	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
<b>Итого</b>	<b>808</b>	<b>27,53</b>	<b>28,98</b>	<b>122,24</b>	<b>851,52</b>
<b>Меню двухразовое (младшие)</b>					
<b>Завтрак</b>					
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
<b>Итого</b>	<b>500</b>	<b>16,13</b>	<b>15,36</b>	<b>70,14</b>	<b>492,62</b>
<b>Обед</b>					
Борщ из свежей капусты с картофелем	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 фруктовый	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
<b>Итого</b>	<b>708</b>	<b>23,19</b>	<b>23,15</b>	<b>103,94</b>	<b>674,1</b>
<b>Горячий завтрак(младшие)</b>					
Бутерброд с сыром (30/25)	55	2,41	6,69	18,89	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 дарницкии	20	1,32	0,24	7,92	39,6
<b>Итого</b>	<b>518</b>	<b>20,2</b>	<b>18,85</b>	<b>80,95</b>	<b>574,58</b>
<b>Горячий завтрак(старшие)</b>					
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,с яблоком	200	0,11	0,06	8,97	36,68
Хлеб дарницкии	20	1,32	0,24	7,92	39,6
<b>Итого</b>	<b>613</b>	<b>22,15</b>	<b>22,28</b>	<b>90,99</b>	<b>670,42</b>

Директор

А. И. Бликин

Шеф повар

Г. Р. Муллахметова

