

ООО "АБК-Пэймент"
Меню на 9 апреля 2024 года
столовая МБОУ "СОШ №10" НМР РТ

2 неделя вторник

| Наименование блюд | Выход | Белки,г | Жиры,г | Угл-ды,г | ЭЦ,ккал |
|--------------------------------------|-------------------|--------------|--------------|---------------|---------------|
| Двухразовое меню (старшие) | | | | | |
| Бутерброд с маслом сливочным | 40 | 2,36 | 7,49 | 14,89 | 136 |
| Каша геркулесовая молочная вязкая | 250 | 10,74 | 14,1 | 28,22 | 270 |
| Чай с сахаром | 200 | 0,07 | 0,02 | 8 | 32 |
| Батон | 60 | 4,5 | 1,74 | 30,84 | 157,2 |
| | 550 | 17,67 | 19,32 | 80,05 | 565,2 |
| Обед | | | | | |
| Рассольник Ленинградский со сметаной | 250/5 | 7,38 | 9,48 | 30,55 | 216,8 |
| Жаркое из птицы(куриных грудок) | 50/200 | 20,26 | 19,08 | 73,2 | 541,92 |
| Капуста квашенная(доп.гарнир) | 40 | 0,68 | 2 | 3,36 | 34,2 |
| Напиток из изюма и яблок | 200 | 0,2 | 0,1 | 19,82 | 68,12 |
| Хлеб Белый/Дарницкий | 30/30 | 2,28/1,98 | 0,24/0,36 | 14,76/11,88 | 70,5/59,4 |
| | 805 | 32,78 | 31,26 | 140,57 | 990,94 |
| Меню двухразовое (младшие) | | | | | |
| Завтрак | | | | | |
| Яйцо варёное | 40 | 5,08 | 4,6 | 0,28 | 63 |
| Каша геркулесовая молочная | 200 | 6,29 | 10,15 | 30,6 | 241,26 |
| Чай с сахаром | 200 | 0,07 | 0,02 | 8 | 32 |
| Батон нарезной | 60 | 4,5 | 1,74 | 30,84 | 157,2 |
| | Итого: 500 | 15,94 | 16,51 | 69,68 | 493,46 |
| Обед | | | | | |
| Рассольник Ленинградский со сметаной | 200/5 | 5,94 | 6,82 | 12,56 | 93,9 |
| Жаркое из птицы(куриных грудок) | 50/150 | 17,01 | 18,47 | 52,76 | 473,54 |
| Капуста квашенная (доп.гарнир) | 35 | 0,59 | 1,75 | 2,94 | 29,99 |
| Напиток из изюма и яблок | 200 | 0,2 | 0,1 | 19,82 | 68,12 |
| Хлеб Белый/Дарницкий | 30/30 | 2,28/1,98 | 0,24/0,36 | 14,76/11,88 | 70,5/59,4 |
| | Итого: 700 | 28 | 27,74 | 114,72 | 795,45 |
| Горячие завтрак (младшие) | | | | | |
| Яблоко | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47 |
| Жаркое из птицы(куриных грудок) | 50/150 | 17,01 | 18,47 | 52,76 | 473,54 |
| Чай с сахаром | 200 | 0,07 | 0,02 | 8 | 32 |
| Хлеб Дарницкий | 30 | 1,98 | 0,36 | 11,88 | 59,4 |
| | Итого: 530 | 19,46 | 19,25 | 82,44 | 611,94 |
| Горячие завтрак(старшие) | | | | | |
| Салат из квашенной капусты | 100 | 1,7 | 4,8 | 8,46 | 85,7 |
| Жаркое из птицы(куриных грудок) | 50/200 | 20,26 | 19,08 | 73,2 | 541,92 |
| Чай с сахаром | 200 | 0,07 | 0,02 | 8 | 32 |
| Хлеб белый | 20 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 47 |
| | Итого: 570 | 23,55 | 24,06 | 99,5 | 706,62 |

Директор

А. И. Бликин

Шеф повар

Г. Р. Муллахметова

