

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

2 неделя Суббота

Наименование блюд	Выход	Белки,г	Жиры,г	Угл-ды,г	ЭЦ,ккал	
Горячий завтрак(старшие)						
Котлета рубленая из куриной грудки	100	10,77	12,92	16,65	233,11	
Пюре гороховое с маслом сливочным	180/3	7,81	9,26	41,95	266,4	
Чай с сахаром	200	0,07	0,02	8	32	
Хлеб белый/дарницкий	30/40	2,28/2,64	0,24/0,48	14,76/15,84	70,5/79,2	
Итого:	553	83,8	23,57	22,92	97,2	681,21
Двухразовое меню (старшие)						
Завтрак						
Печенье	40	2,96	3,76	10,84	124,28	
Каша манная молочная	250	15,53	16,35	41,2	345,2	
Чай с молоком	200	0,07	0,02	8	32	
Батон	60	4,5	1,74	30,84	157,2	
Итого:	550	23,06	21,87	90,98	658,68	
Обед						
Суп картофельный	250	7,68	8,33	32,45	223,25	
Котлета рубленая из куриной грудки	100	10,77	12,92	16,65	233,11	
Пюре гороховое с маслом сливочным	180/3	7,81	9,26	41,95	266,4	
Напиток лимонный	200	0,45	0,1	14,03	61,4	
Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47	
хлеб дарницкий	50	3,3	0,6	19,8	99	
Итого:	803	126,8	31,53	31,37	134,72	930,16

Директор

А. И. Бликин

Шеф повар

Г. Р. Муллахметова

