

ООО "АБК-Пэймент"

Меню на 11 апреля 2025 года

столовая МБОУ "СОШ №10" НМР РТ

1 неделя Пятница

Наименование блюд	Выход	Стоимость	Белки,г	Жиры,г	Угл-ды,г	ЭЦ,ккал
Горячий завтрак (старшие)						
Завтрак						
Яблоко	100		0,4	0,4	9,8	47
Запеканка из творога с повидлом	200		19,63	22,18	51,5	502,8
Чай с сахаром	200		0,07	0,02	8	32
Хлеб Пшеничный	20		1,52	0,16	9,84	47
Хлеб Дарницкий	30		1,98	0,36	11,88	59,4
	550		23,6	23,12	91,02	688,2
Дополнительное питание(старшие)						
Сосиска с томатным соусом,с кашей гречневой	50/20/180		13,62	17,31	39,57	326,7
Компот из свежих яблок	200		0,16	0,16	10,91	46,6
Хлеб Белый	20		1,52	0,16	9,84	47
	470	131,9	14,17	17,63	60,32	420,3
Двухразовое меню (младшие)						
Завтрак						
Яблоко	100		0,4	0,4	9,8	47
Сырники из творога со сгущ.молоком	120/30		15,55	18,35	36,06	398,93
Чай с сахаром	200		0,07	0,02	8	32
Батон	50		3,75	1,45	25,7	131
Итого:	500		19,77	20,22	79,56	608,93
Обед						
Суп картофельный с горохом	200		4,35	5,22	26,53	218,6
Сосиска с томатным соусом,с кашей гречневой	50/20/180		13,62	17,31	39,57	326,7
Компот из свежих яблок	200		0,16	0,16	10,91	46,6
Хлеб белый/дарницкий	30/30		2,28/1,98	0,24/0,36	14,76/11,88	70,5/59,4
Итого:	710	126,99	22,39	23,29	103,65	721,8
Горячий завтрак (младшие)						
Яблоко	100		0,4	0,4	9,8	47
Сырники из творога со сгущ.молоком	120/30		15,55	18,35	36,03	398,93
Чай с сахаром	200		0,07	0,02	8	32
Хлеб белый/дарницкий	30/30		2,2/1,98	0,24/0,36	14,76/11,88	70,5/59,4
Итого:	510	83,89	20,2	19,37	80,47	607,83
Горячий завтрак(старшие)						
Яблоко	100		0,4	0,4	9,8	47
Запеканка из творога с повидлом	170/30		19,63	22,18	51,5	502,8
Чай с сахаром	200		0,07	0,02	8	32
Хлеб Белый	20		1,52	0,16	9,84	47
ХлебДарницкий	30		1,98	0,36	11,88	59,4
Итого:	550	87,18	23,6	23,12	91,02	688,2

Директор

Шеф повар



А.И.Бликин

Г.Р. Муллахметова