

ООО "АБК-Пэймент"
Меню на 12 октября 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
	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	
	803	126,8	31,53	31,37	134,72	930,16

Директор

А. И. Бликин

Шеф повар

Г. Р. Муллахметова

