

ООО "АБК-Пэймент"
Меню на 12 декабря 2024 года
столовая МБОУ "СОШ №10" НМР РТ

1 неделя четверг

Наименование блюд	Выход	Стоимость	Белки,г	Жиры,г	Угл-ды,г	ЭЦ,ккал
Меню двухразовое (старшие)						
Завтрак						
Бутерброд с сыром и маслом сливочным	50		6,27	7,86	14,83	155
Каша геркулесовая молочная	250		9,44	14,1	43,22	301
Какао с молоком	200		4,08	3,54	2,61	58,6
Батон высшего сорта	50		3,75	1,45	25,7	131
Итого:	550		23,54	24,04	96,36	646,6
Обед						
Печенье	20		7,05	9,3	16,8	209
Борщ из свежей капусты с картофелем	250		9,07	13,69	29,03	263,1
Котлеты Нежные из куриных грудок	100		6,83	13,11	21,32	188,66
Каша Пшеничные (вязкая)с маслом сливочным	180/3		7,7	5,07	40,59	247
Напиток из урюка	200		0,75	0,06	15,95	68,52
Хлеб Пшеничный	20					
Хлеб Дарницкий	30		1,98	0,36	11,88	59,4
Итого:	803	126,8	32,72	33,47	131,61	998,88
Меню двухразовое (младшие)						
Завтрак						
Бутерброд с сыром и маслом сливочным	50		6,27	7,86	14,83	155
Каша геркулесовая молочная вязкая с маслом сливочным	180/5		9,91	12,46	28,73	201,94
Какао с молоком	200		0,07	0,02	7,85	29,8
Батон нарезной	65		4,87	1,88	33,38	170,13
Итого:	500		20,21	20,68	79,66	590,2
Обед						
Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной	200/5		8,57	10,69	28,93	293,1
Котлеты Нежные из куриных грудок	90		6,6	12,93	13,79	169,8
Каша пшеничный(вязкая) с маслом сливочным	150/5		6,7	4,38	35,99	227
Напиток из урюка	200		0,75	0,06	15,95	68,52
Хлеб дарницкий	50		3,3	0,6	19,8	36,64
Итого:	700	122,1	25,92	28,66	114,46	795,06
Горячий завтрак (младшие)						
Сыр			2,63	2,66	0	34,33
Котлеты Нежные из куриных грудок	90		6,6	12,93	13,79	169,8
Каша пшеничная(вязкая)с маслом сливочным	150/3		6,7	4,38	35,99	227
Напиток из урюка	200		0,75	0,06	15,95	68,52
Хлеб пшеничный	20		1,52	0,16	9,84	47
Хлеб дарницкий	30		1,98	0,36	11,88	59,4
Итого:	503	80,66	20,18	20,55	87,45	606,05
Горячий завтрак(старшие)						
Печенье	20		7,05	9,3	16,8	209
Котлеты Нежные из куриных грудок	100		6,83	13,11	21,32	188,66
Каша пшеничная (вязкая)с маслом сливочным	180/3		7,7	3,07	40,59	247
Какао с молоком	200		4,08	3,54	2,61	58,6
Хлеб Пшеничный	20		1,32	0,24	7,92	39,6
Хлеб Дарницкий	30					
Итого:	553	83,8	23,59	24,12	91,66	662,8

Директор

А. И. Бликин

Шеф повар

Г. Р. Муллахметова

