

ООО "АБК-Пэймент"
Меню на 14 февраля 2025 года
столовая МБОУ "СОШ №10" НМР РТ

1 неделя Пятница

Наименование блюд	Выход	Стоимость	Белки,г	Жиры,г	Угл-ды,г	ЭЦ,ккал	
Меню двухразовое (старшие)							
Завтрак							
Яблоко	100		0,4	0,4	9,8	47	
Запеканка из творога с повидлом(160/40)	200		18,14	20,64	55,01	454,4	
Чай с сахаром	200		0,07	0,02	8	32	
Батон	50		3,75	1,45	25,7	131	
	550		22,36	22,51	98,51	664,4	
Обед							
Суп картофельный гороховый	250		5,43	8,52	39,91	273,25	
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	50/50		3,8/3,3	0,39/0,6	24,5/19,8	117,03/99	
	800	131,9	26,31	26,98	120,09	852,58	
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 гороховый	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	0,125		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	
Хлеб дарницкий	30		1,98	0,36	11,88	59,4	
	Итого:	550	87,18	23,6	23,12	91,02	688,2

Директор

А. И. Бликин

Шеф повар

Г. Р. Муллахметова

