

ООО "АБК-Пэймент"
Меню на 16 мая 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						
Пряник	35		2,59	2,85	9,49	85,8
Каша геркулесовая молочная	250		10,74	14,1	28,22	270
Чай с сахаром ,с яблоком	200		0,11	0,06	8,97	36,68
Батон высшего сорта	65		4,87	1,88	33,41	170,3
Итого:	550		18,31	18,89	80,09	562,78
Обед						
Салат из моркови припущенной с яблоком	100		1,06	0,17	8,52	39,9
Борщ из свежей капусты с картофелем	250		4,8	9,92	16,93	143,75
Овощи тушённые с мясом	250		18,8	19,96	56	507,5
Напиток из урюка	200		0,75	0,06	15,95	68,52
Хлеб Пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	70,5
Хлеб Дарницкий	40		2,64	0,48	15,84	79,2
Итого:	870	124,3	30,33	30,83	128	909,37
Меню двухразовое (младшие)						
Завтрак						
Бутерброд с сыром и маслом сливочным	50		6,27	7,86	14,83	155
Каша геркулесовая молочная вязкая с маслом сливочн	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	250		7,38	9,58	32,55	216,8
Овощи тушённые с мясом	200		15,04	15,97	28,8	374,45
Напиток из урюка	200		0,75	0,06	15,95	68,52
Хлеб Пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	70,5
Хлеб дарницкий	40		2,64	0,48	15,84	79,2
Итого:	720	119,71	27,1	26,33	111,9	809,47
Горячий завтрак (младшие)						
Овощи тушённые с мясом	200		15,04	15,97	32,8	374,45
Капуста тушёная(доп. гарнир)	50		0,85	2,5	4,22	42,85
Напиток урюка	200		0,75	0,06	15,95	68,52
Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	70,5
Хлеб дарницкий	30		1,98	0,36	11,88	59,4
Итого:	510	80,66	19,91	19,13	79,61	615,72
Горячий завтрак(старшие)						
Морковь припущенная с морковью	100		1,7	4,8	8,46	85,7
Овощи тушённые с мясом	250		18,8	19,96	56	507,5
Напиток урюка	200		0,75	0,06	15,95	68,52
Хлеб Пшеничный	20		1,52	0,16	9,84	47
Хлеб Дарницкий	20		1,32	0,24	7,92	39,6
Итого:	590	82,2	23,6	24,02	100,47	708,35

Директор

А. И. Бликин

Шеф повар

Г. Р. Муллахметова

