

ООО "АБК-Пэймент"
Меню на 21 апреля 2025 года
столовая МБОУ "СОШ №10" НМР РТ

Наименование блюд	Выход	Белки,г	Жиры,г	Угл-ды,г	ЭЦ,ккал
Горячий завтрак (старшие)					
Котлеты домашние с гречкой	100	8,9	12,37	37,67	275,55
Макароны отварные с маслом	180/3	9,64	7,6	33,35	241,94
Чай с сахаром	200	0,07	0,02	8	32
Печенье	20	1,48	1,88	5,42	62,14
Хлеб Пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47
Хлеб Дарницкий	30	1,98	0,36	11,88	59,4
	553	23,59	22,39	100,16	708,03
Дополнительное питание					
Щи из св.капусты с картофелем	250/5	5,53	8,59	28,53	174,5
Напиток из сухофруктов	200	0,7	0,1	22,03	92,9
Хлеб Дарницкий	30	1,98	0,36	11,88	59,4
	480	131,9	8,61	9,05	60,04
Двухразовое меню(младшие)					
Завтрак					
Бутерброд с маслом (30/10)	40	2,36	7,49	14,89	136
Каша Дружба молочная	200	6,24	11,16	35,23	258,12
Чай с сахаром	200	1,52	1,35	8,92	53,07
Батон	60	5,6	2,16	35,36	195,52
Итого:	500	18,37	19,41	80,96	583,32
Обед					
Щи из св.капусты с картофелем,со сметаной	200/5	7,54	11,91	6,5	153,9
Котлеты домашние с гречкой	90	8,01	11,14	35,71	248
Макаронные изделия отварные с маслом слив	150/3	5,68	2,88	31,96	176,1
Напиток из сухофруктов	200	0,7	0,1	22,03	92,9
Хлеб Пшеничный	25	1,9	0,2	12,3	58,75
Хлеб дарницкий	30	1,98	0,36	11,88	59,4
Итого:	703	126,99	25,81	26,59	120,38
Горячий завтрак (младшие)					
Сыр	10	2,63	2,66	0	34,33
Котлеты Домашние с гречкой	90	8,01	11,14	35,71	248
Макаронные изделия отварные с маслом	150/5	5,9	4,58	31,96	191,2
Чай без сахара	200	0,4	0,1	0,01	2,8
Хлеб Пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47
Хлеб Дарницкий	25	1,65	0,3	9,9	49,5
Итого:	500	83,89	20,11	18,94	87,42
Горячий завтрак(старшие)					
Котлеты Домашние с гречкой	100	8,9	12,37	37,67	275,55
Макаронные изделия отварные с маслом	180/3	9,64	7,6	33,35	241,94
Печенье	20	1,48	1,88	5,42	62,14
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:	553	87,18	23,59	22,39	100,16

Директор

А. И. Бликин

Шеф повар

Г. Р. Муллахметова

