

**ООО "АБК-Пэймент"**  
**Меню на 21 сентября 2024**  
**столовая МБОУ "СОШ №10" НМР РТ**

1 неделя Суббота

Наименование блюд	Выход	Стоимость	Белки,г	Жиры,г	Угл-ды,г	ЭЦ,ккал
<b>Горячий завтрак (старшие)</b>						
Курица запечённая	100		10,77	10,54	0	222,1
Каша гречневая вязкая с маслом сливочным	180/3		6,52	10,89	55,67	258,4
Морковь свежая	40		0,52	0,04	2,56	13,2
Чай с сахаром и лимоном	187/8/5		0,13	0,02	8,2	34,02
Хлеб Пшеничный	20		2,28	0,16	9,84	47
Хлеб Дарницкий	30		1,98	0,36	11,88	59,4
	<b>553</b>	<b>83,8</b>	<b>21,37</b>	<b>22,01</b>	<b>90,96</b>	<b>646,1</b>
<b>Двухразовое меню (старшие)</b>						
<b>Завтрак (старшие)</b>						
Печенье	40		2,96	3,76	10,84	124,28
Каша манная молочная	250		15,53	16,35	41,2	345,2
Чай с сахаром и лимоном	187/8/5		0,13	0,02	8,92	34,02
Батон	60		4,5	1,74	30,84	157,2
	<b>550</b>		<b>23,12</b>	<b>21,87</b>	<b>91,08</b>	<b>660,7</b>
<b>Обед (старшие)</b>						
Суп картофельный с вермишелью	250		9,68	10,33	29,45	203,25
Курица запечённая	100		10,7	10,54	0	222,9
Каша гречневая вязкая с маслом	180/3		6,52	10,89	55,67	258,4
Напиток из сухофруктов	200		0,7	0,1	22,03	92,9
Хлеб Пшеничный	20		1,52	0,16	9,84	47
Хлеб Дарницкий	50		3,3	0,6	19,8	99
	<b>603</b>	<b>126,8</b>	<b>32,42</b>	<b>32,62</b>	<b>136,79</b>	<b>923,45</b>

Директор

А. И. Бликин

Шеф повар

Г. Р. Муллахметова

