

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

1 неделя Пятница

Наименование блюд

Горячий завтрак (старшие)

Завтрак

Бутерброд с сыром и маслом слив.	30/15/5	6,27	7,86	14,83	155,19
Котлеты Нежные из куриных грудок	100	7	10,7	24,21	221,11
Макароны отварные с маслом	180/3	7,64	5,15	40,45	241,11
Чай с сахаром ,с яблоком	200	0,11	0,06	8,97	36,68
Хлеб Дарницкий	30	1,98	0,36	11,88	59,40
Итого	563	23	24,13	100,34	713,19

Дополнительное питание(старшие)

Суп картофельный с горохом	250	10,43	8,02	52,53	328,25
Компот из свежих яблок	200	0,16	0,16	10,91	46,6
Хлеб Пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94
	490	141,16	13,63	83,12	468,85

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 с горохом	250		10,43	8,02	52,53	328,25
Овощи тушёные с мясом	200		12,61	19,53	37,88	361,45
Компот из свежих яблок	200		0,16	0,16	10,91	46,6
Хлеб пшеничный/дарницкий	20/30		1,52/1,98	0,16/0,36	9,84/11,88	47/59,4
Итого:	700	136,02	26,7	28,23	123,04	842,7

Горячий завтрак (младшие)

Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47	
Сырники из творога со сгущ.молоком	120/30	15,55	18,35	40,33	398,93	
Чай с сахаром	200	0,07	0,02	8	32	
Хлеб пшеничный/дарницкий	20/30	1,52/1,98	0,16/0,36	9,84/11,88	47/59,4	
Итого:	500	89,9	19,52	19,29	79,85	584,33

Горячий завтрак(старшие)

Бутерброд с сыром и маслом слив.	30/15/5	6,27	7,86	14,83	155,40
Котлеты Нежные из куриных грудок	100	7	10,7	24,21	221,10
Макароны отварные с маслом	180/3	7,64	5,15	40,45	241,50
Чай с сахаром ,с яблоком	200	0,11	0,06	8,97	36,60
Хлеб Дарницкий	30	1,98	0,36	11,88	59,40
Итого	563	23	24,13	100,34	713,10

Директор

А.И.Бликин

Шеф повар

Г. Р. Мүллахметова