

ООО "АБК-Пэймент"
Меню на 22 февраля 2025 года
столовая МБОУ "СОШ №10" НМР РТ

неделя Суббота

Наименование блюд	Выход	Белки,г	Жиры,г	Угл-ды,г	ЭЦ,ккал	
Горячий завтрак(старшие)						
Котлета рубленая из куриной грудки	100	10,77	12,92	16,65	233,11	
Пюре гороховое с маслом сливочным	180/3	7,81	9,26	41,95	266,4	
Чай с сахаром	200	0,07	0,02	8	32	
Хлеб белый/дарницкий	30/40	2,28/2,64	0,24/0,48	14,76/15,84	70,5/79,2	
Итого:	553	87,18	23,57	22,92	97,2	681,21

Двухразовое меню (старшие)

Завтрак					
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, с молоком	200	0,07	0,02	8	32
Батон	60	4,5	1,74	30,84	157,2
Итого:	550	23,06	21,87	90,98	658,68

Обед						
Суп картофельный с гречневой крупой	250	7,68	8,33	32,45	223,25	
Котлета рубленая из куриной грудки	100	10,77	12,92	16,65	233,11	
Пюре гороховое с маслом сливочным	180/3	7,81	9,26	41,95	266,4	
Чай с сахаром	200	0,45	0,1	14,03	61,4	
Хлеб пшеничный	30	1,52	0,16	9,84	47	
хлеб дарницкий	40	3,3	0,6	19,8	99	
Итого:	803	131,9	31,53	31,37	134,72	930,16

Директор



А. И. Бликин

Шеф повар

Г. Р. Муллахметова