

**ООО "АБК-Пэймент"**  
**Меню на 25 апреля 2024 года**  
**столовая МБОУ "СОШ №10" НМР РТ**

2 неделя среда

Наименование блюд	Выход	Белки,г	Жиры,г	Угл-ды,г	ЭЦ,ккал
<b>Меню двухразовое (старшие)</b>					
<b>Завтрак</b>					
Пряник	35	2,1	2,1	9,2	89,5
Каша кукурузная молочная	250	10,93	14,8	23,76	251,8
Чай с сахаром	200	0,07	0,02	8	32
Батон	65	4,87	1,88	33,41	170,3
	<b>550</b>	<b>17,97</b>	<b>18,8</b>	<b>74,37</b>	<b>543,6</b>
<b>Обед</b>					
Щи из св.капусты с картофелем	250	5,53	7,59	33,53	164,5
Тефтели мясные с геркулесом	100	12,84	12,23	28,5	177,32
Картофельное пюре	180	3,86	5,76	24,53	164,7
Напиток из шиповника	200	0,6	0,1	20,2	123,6
Хлеб Пшеничный/Дарницкий	30/40	2,28/2,64	0,24/0,48	14,76/15,84	70,5/79,2
	<b>800</b>	<b>27,57</b>	<b>26,4</b>	<b>112,44</b>	<b>776,32</b>

**Духразовое меню (младшие)**

<b>Завтрак</b>					
Пряники	35	2,1	2,1	9,2	89,5
Каша кукурузная молочная	200	7,95	11,84	19,01	201,46
Чай с сахаром	200	0,07	0,02	8	32
Батон нарезной	65	4,87	1,88	33,41	170,3
	<b>500</b>	<b>14,99</b>	<b>15,84</b>	<b>69,62</b>	<b>493,26</b>
<b>Обед</b>					
Щи из св.капусты с картофелем	250	5,53	7,59	33,53	164,5
Тефтели мясные с геркулесом	90	11,56	9,41	24,86	159,59
Картофельное пюре с маслом сливочным	150/3	3,09	6,98	8,48	157,05
Напиток из шиповника	200	0,6	0,1	20,2	123,6
Хлеб Пшеничный/Дарницкий	20/20	1,52/1,32	0,16/0,24	9,84/7,92	47/39,6
<b>Итого:</b>	<b>733</b>	<b>23,62</b>	<b>24,48</b>	<b>104,83</b>	<b>691,84</b>

**Горячий завтрак (младшие)**

Пряники	35	2,1	2,1	9,2	89,5
Тефтели мясные с геркулесом	90	11,56	9,41	24,86	159,59
Картофельное пюре с маслом сливочным	150/3	3,09	6,98	12,48	157,55
Напиток из шиповника	200	0,6	0,1	20,2	123,6
Хлеб Пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5
<b>Итого:</b>	<b>508</b>	<b>19,63</b>	<b>18,83</b>	<b>81,5</b>	<b>600,74</b>

**Горячий завтрак(старшие)**

Печенье	20	1,48	1,88	5,42	62,14
Тефтели мясные с геркулесом	100	12,84	12,23	28,5	177,32
Картофельное пюре с маслом сливочным	180/3	3,7	7,94	24,57	184,5
Напиток из шиповника	200	0,6	0,1	20,2	123,6
Хлеб Пшеничный/дарницкий	20/30	1,52/1,98	0,16/0,36	9,84/11,88	47/59,4
<b>Итого:</b>	<b>553</b>	<b>22,12</b>	<b>22,67</b>	<b>100,41</b>	<b>653,96</b>

Директор

А.И.Бликин

Шеф повар

Г. Р. Муллахметова

