

# ООО "АБК-Пэймент"

27 апреля 2026 г.

столовая МБОУ "СОШ №10" НМР РТ

2 неделя Понедельник

Наименование блюд	Выход	Стоимость	Белки,г	Жиры,г	Угл-ды,г	ЭЦ,ккал
<b>Горячий Завтрак старшие</b>						
Бутерброд с сыром и маслом слив.(30/15/5)	50		6,27	7,86	14,83	155
Котлеты Нежные из куриных грудок	100		7	10,7	24,21	221,11
Макароны отварные	183		7,64	5,15	40,45	241
Чай с сахаром ,с яблоком	200		0,11	0,06	8,97	36,68
Хлеб Дарницкий	20		1,38	0,24	7,92	39,6
<b>Итого</b>	<b>553</b>		<b>22,34</b>	<b>23</b>	<b>91,38</b>	<b>693,39</b>
<b>Дополнительное меню(старшие)</b>						
Борщ из свежей капусты скартофелем, со сметаной	255		11,28	16,18	19,94	289,85
Напиток из шиповника	200		0,6	0,1	20,2	123,6
Батон	40		3	1,16	20,56	104,8
<b>Итого</b>	<b>495</b>	<b>141,56</b>	<b>14,88</b>	<b>17,44</b>	<b>60,7</b>	<b>518,25</b>
<b>Меню двухразовое (младшие)</b>						
<b>Завтрак</b>						
Бутерброд с сыром и маслом сливочным(30/15/5)	50		6,27	7,86	14,83	155
Каша пшеничная молочная	200		10,06	10,86	35,49	280,46
Чай с сахаром,с яблоком	200		0,11	0,06	8,97	36,68
Батон	50		3,75	1,45	25,7	131
<b>Итого</b>	<b>500</b>		<b>20,19</b>	<b>20,23</b>	<b>84,99</b>	<b>603,14</b>
<b>Обед</b>						
Борщ из свежей капусты скартофелем, со сметаной	205		9,57	13,69	22,93	233,1
Котлеты Нежные из куриных грудок	90		6,3	9,63	21,79	199,8
Макароны отварные	153		5,68	2,88	31,96	176,1
Напиток из шиповника	200		0,6	0,1	20,2	123,6
Хлеб Пшеничный/Дарницкий	20/40		1,52/2,64	0,16/0,48	9,84/15,84	47/79,2
<b>Итого</b>	<b>708</b>	<b>139,01</b>	<b>26,31</b>	<b>26,94</b>	<b>122,56</b>	<b>858,8</b>
<b>Горячий завтрак(младшие)</b>						
Бутерброд с сыром, с маслом (30/15/5)	50		6,27	7,86	14,89	155
Котлеты Нежные из куриных грудок	90		6,3	9,63	21,79	199,8
Макароны отварные	152		5,18	2,1	31,16	166,1
Чай с сахаром,с яблоком	200		0,11	0,06	8,97	36,68
Хлеб Пшеничный	15		1,14	0,12	7,38	35,25
<b>Итого</b>	<b>507</b>	<b>92,89</b>	<b>19</b>	<b>19,77</b>	<b>84,13</b>	<b>592,83</b>
<b>Горячий завтрак(старшие)</b>						
Бутерброд с сыром и маслом сливочным(30/15/5)	50		6,27	7,86	14,83	155
Котлеты Нежные из куриных грудок	100		7	10,7	19,21	221,11
Макароны отварные	183		7,64	5,15	40,45	241
Чай с сахаром, с яблоком	200		0,11	0,06	8,97	36,68
Хлеб дарницкий	20		1,32	0,24	7,92	39,6
<b>Итого</b>	<b>553</b>	<b>93,71</b>	<b>22,34</b>	<b>23</b>	<b>91,38</b>	<b>693,39</b>

Директор

Шеф повар




А. И. Бликин

Г. Р. Муллахметова