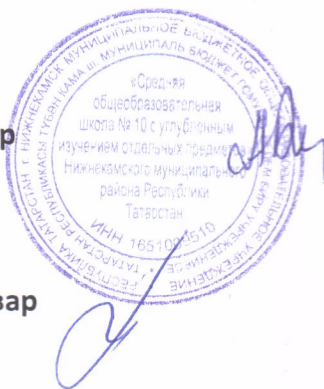


ООО "АБК-Пэймент"
Меню на 27 декабря 2024 года
столовая МБОУ "СОШ №10" НМР РТ

2 неделя Пятница

Наименование блюд	Выход	Белки,г	Жиры,г	Угл-ды,г	ЭЦ,ккал
Завтрак(старшие)					
Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47
Каша кукурузная молочная	220/5	19,3	21,44	63,88	343,64
Чай с сахаром	200	0,07	0,02	8	32
Батон	50	3,75	1,45	25,7	131
Итого:	575	23,52	23,31	107,38	553,64
Обед(старшие)					
Суп картофельный	250	5,43	12,52	59,91	378,3
Котлета Нежная из куриной грудки	100	6,83	13,11	21,32	188,66
Гороховое пюре с маслом	180/3	7,81	9,26	41,95	266,4
Компот из свежих яблок	200	0,16	0,16	10,91	46,6
Хлеб Пшеничный/Хлеб Дарницкий	30/40	2,28/2,64	0,24/0,48	14,76/15,84	70,5/79,2
Итого:	803	25,15	35,77	164,69	1029,66
Горячий завтрак (младшие)					
Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47
Котлеты Нежные из куриной грудки	90	6,6	12,93	13,79	169,8
Гороховое пюре с маслом	150/3	6,7	4,38	35,99	227
Чай с сахаром	200	0,07	0,02	8	32
Хлеб Пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47
Хлеб Дарницкий	30	1,98	0,36	11,88	59,4
Итого:	593	17,27	18,25	89,3	582,2

Директор



А. И. Бликин

Шеф повар

Г. Р. Муллахметова