

ООО " АБК - Пэймент"
06.09.2023 год
столовой общеобразовательной школы №11

среда

Наименование продуктов	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Завтрак (младшие)					
Фрукты (яблоко)	100	0,4	0,4	9,8	47
Каша молочная гречневая с маслом сливочным	150/3	14,78	17,48	36,21	375
Чай с сахаром	200	0,07	0,02	8	32
Батон нарезной	50	3,75	1,45	25,7	131
Итого:	503	19	19,35	79,71	585,05
Обед (младшие)					
Суп лапша домашняя с картофел лем	200	5,05	5,43	9,3	92,6
Плов из куриной грудки	200	14,42	18,43	40,93	370,5
Кукуруза консервированная (доп гарнир)	30	0,86	1,85	2,41	29,79
Кисель	200	0,6	0,1	30,2	143,6
Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,3	58,75
Хлеб ржаной	45	2,97	0,54	17,82	89,1
Итого:	700	25,8	26,55	112,96	784,34
Всего:	1203	44,8	45,9	192,67	1369,39
Завтрак (старшие)					
Фрукты (яблоко)	100	0,4	0,4	9,8	47
Каша молочная гречневая с маслом сливочным	200/5	15,78	18,48	37,21	385,05
Чай с сахаром	200	0,07	0,02	8	32
Батон нарезной	45	3,38	1,31	23,13	117,9
Итого:	550	21,63	21,85	91,14	681,95
Обед (старшие)					
Суп лапша домашняя с картофел лем	250	5,05	5,54	11,62	115,75
Плов из куриной грудки	250	18,03	23,04	51,16	463,13
Кукуруза консервированная (доп гарнир)	30	0,86	1,85	2,41	29,79
Кисель	200	0,6	0,1	30,2	143,6
Хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	17,22	82,25
Хлеб ржаной	35	2,07	0,37	12,47	62,37
Итого:	800	29,97	31,18	128,08	906,99
Всего:	1350	51,6	53,03	219,22	1588,94
Горячий завтрак (младшие)					
Фрукты (яблоко)	100	0,4	0,4	9,8	47
Плов из куриной грудки	200	14,42	18,43	40,93	370,5
Чай с сахаром	200	0,07	0,02	8	32
Хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	17,22	82,25
Хлеб ржаной	35	2,07	0,37	12,47	62,37
Итого:	550	18,49	19,33	81,41	559,6
Горячий завтрак (старшие)					
Фрукты (яблоко)	100	0,4	0,4	9,8	47
Плов из куриной грудки	250	18,03	23,04	51,16	463,13
Чай с сахаром	200	0,07	0,02	8	32
Хлеб пшеничный	20	1,5	0,16	9,84	47
Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	7,92	39,6
Итого:	79	590	21,42	23,86	96,7
Всего:	1350	51,6	53,03	219,22	1588,94

Директор школы

Михайленко С.О.

Шеф-повар

Моравская Л.И.

