

ООО " АБК - Пэймент"
МЕНЮ на 15.11.2023 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
		503	19	19,35	79,71	585,05
Обед (младшие)						
	Суп лапша домашняя с картофелем	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: 115,14	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
		550	21,63	21,85	91,14	681,95
Обед (старшие)						
	Суп лапша домашняя с картофелем	250	5,05	5,54	11,62	115,75
	Плов из куриной грудки	200	14,42	18,43	40,93	370,5
	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: 119,5	800	29,97	31,18	128,08	906,99
	Всего:	1350	51,6	53,03	219,22	1588,94
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	648,73

Директор школы
 Шеф-повар



[Handwritten signature]
[Handwritten signature]

Михайленко С.О.
 Моравская Л.И.