

ООО "АБК-Пэймент"
МЕНЮ на 19.01.2024 год
столовой общеобразовательной школы №11

пятница

Наименование продуктов	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Завтрак (младшие)					
Фрукты (яблоко)	100	0,4	0,4	9,8	47
Каша ячневая молочная с маслом сливочным	150\3	6,51	9,83	21,12	211,89
Какао с молоком	200	4,08	3,54	2,61	58,6
Батон нарезной	50	3,76	1,74	30,84	132
Итого:	503	14,85	15,51	64,37	449,49
Обед(младшие)					
Свекла отварная (дольками)	60	0,84	3,61	4,96	55,68
Суп картофельный с вермешелью	200	6,15	4,27	25,96	114,6
Гуляш из куриной грудки	50\50	8,64	9,83	13,4	209,39
Каша пшенная вязкая	150	4,18	3,54	17,58	118,6
Компот из свежих яблок	200	1,52	1,45	25,7	131
Хлеб пшеничный	20	1,52	0,36	7,92	39,6
Хлеб ржаной	20	1,32	0,24		
Итого: 119,71	750	22,81	8,18	80,42	564,42
Горячий завтрак (старшие)					
Гуляш из куриной грудки	50\50	1,41	11	8,26	137,8
Каша пшенная вязкая	180	6,01	3,71	42,72	265
Свекла отварная(дольками)	30	0,42	1,8	2,48	27,84
Какао с молоком	200	4,08	3,54	2,61	58,6
Хлеб ржаной	20	1,52	0,36	11,88	59,4
Хлеб пшеничный	20	1,32	0,24	14,76	70,5
Итого: 119	550	21,99	22,28	91,27	647,43
Завтрак (старшие)					
Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47
Каша ячневая с маслом сливочным	200\3	9,72	12,97	29,87	279,69
Какао с молоком	200	4,08	3,54	2,61	58,6
Батон нарезной	50	3,76	1,74	30,84	132
Итого:	553	17,96	18,65	73,12	517,29
Обед (старшие)					
Суп картофельный с вермешелью	250	9,68	10,33	29,45	203,25
Гуляш из куриных грудок	50\50	8,64	12,83	13,4	209,4
Каша пшенная вязкая	180	6,01	3,71	42,72	265
Свекла отварная (дольками)(доп.гарнир)	50	0,7	3	4,13	46,4
Компот из свежих яблок	200	0,16	0,16	10,91	46,6
Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	7,92	39,6
Итого:	800	26,51	28,27	109,53	810,24
Всего:	1353	44,47	46,92	182,65	1327,5

Директор школы

Михайленко С.О.

Шеф повар

Моравская Л.И.

