

ООО " АБК - Пэймент"  
**МЕНЮ на 19.10.2023**  
 МБОУ "СОШ №11" НМР РТ

Наименование продуктов	Цена	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
<b>четверг</b>						
<b>Завтрак (младшие)</b>						
Печенье		50	3,7	4,7	16,55	203,5
Каша пшеничная молочная вязкая с маслом слив.		180/5	9,91	12,46	28,73	201,94
Какао с молоком		200	0,07	0,02	7,85	29,8
Батон нарезной		65	4,87	1,88	33,38	170,13
<b>Итого:</b>		<b>500</b>	<b>18,55</b>	<b>19,06</b>	<b>86,51</b>	<b>605,37</b>
<b>Обед (младшие)</b>						
Салат из моркови с сахаром		60	0,74	0,06	6,89	49,02
Борщ из свежей капусты с картофелем		250	8,8	7,92	40,93	223,75
Запеканка картофельная с мясом		50/130	15,09	19,59	28,15	365,09
Напиток из шиповника		200	0,66	0,09	20,04	84,8
Хлеб пшеничный		20	1,5	0,16	9,84	47
Хлеб ржаной		20	1,32	0,24	7,92	39,6
<b>Итого:</b>	<b>115,14</b>	<b>730</b>	<b>26,21</b>	<b>28,06</b>	<b>113,77</b>	<b>784,26</b>
<b>Всего:</b>		<b>1230</b>	<b>44,76</b>	<b>47,12</b>	<b>200,28</b>	<b>1389,63</b>
<b>Завтрак (старшие)</b>						
Печенье		35	2,59	3,29	25,59	142,45
Каша пшеничная молочная		250	10,91	13,46	38,73	210,85
Какао с молоком		200	0,07	0,02	7,85	29,8
Батон нарезной		65	4,87	1,88	33,38	170,13
<b>Итого:</b>		<b>550</b>	<b>21,44</b>	<b>22,65</b>	<b>105,55</b>	<b>653,23</b>
<b>Обед (старшие)</b>						
Салат из моркови с сахаром		100	1,23	0,10	11,48	81,7
Борщ из свежей капусты с картофелем		250	8,8	7,92	40,93	223,75
Запеканка картофельная с мясом		240	18,46	19,59	33,82	500,57
Напиток из шиповника		200	0,66	0,09	20,04	84,8
Хлеб пшеничный		20	1,5	0,16	9,84	47
Хлеб ржаной		20	1,32	0,24	7,92	39,6
<b>Итого:</b>	<b>119,5</b>	<b>830</b>	<b>31,97</b>	<b>31,1</b>	<b>128,03</b>	<b>977,42</b>
<b>Всего:</b>		<b>1380</b>	<b>53,41</b>	<b>53,75</b>	<b>233,58</b>	<b>1630,65</b>
<b>Горячий завтрак (старшие)</b>						
Запеканка картофельная с мясом с маслом слив.		240/10	18,32	27,21	39,1	472,35
Морковь порц. (доп. гарнир)		50	0,65	0,05	3,41	32,47
Напиток из шиповника		200	0,66	0,09	20,04	84,8
Хлеб пшеничный		30	2,28	0,24	14,76	70,5
Хлеб ржаной		20	1,32	0,24	7,92	39,6
	<b>79</b>	<b>550</b>	<b>23,23</b>	<b>23,83</b>	<b>95,23</b>	<b>699,72</b>

Директор школы

Михайленко С.О.

Шеф-повар

Моравская Л.И.

