

ООО " АБК - Пэймент"

20.10.2021

столовой общеобразовательной школы №11

Наименование продуктов	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Завтрак (младшие)					
Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47
Запеканка творожная с молоком сгущ	130/20	20,16	16,35	40,8	394
Чай черный с сахаром	185/15	0,07	0,02	15	53
Батон высший сорт	50	1,88	0,73	12,85	66
Итого:	500	22,24	17,08	67,35	513

Горячий завтрак (старшие)					
Суп -лапша с картофелем	250	1,17	4,34	11,62	116
Котлеты "Аппетитные"мясо-курин	100	8,66	11,08	5,69	127,7
Каша вязкая гречневая	180	3,58	6,01	24,03	174,6
Сок фруктовый(разливной)	200	0,1		2,24	98
Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47
Хлеб пшеничный	30	1,32	0,24	7,92	39,6
Итого:	880	16,35	21,83	84,1	603

Обед (младшие)					
Суп-лапша домашняя картофелем	250	2,56	2,75	15,69	109
Котлеты "Аппетитные"мясо-кури	100	7,8	9,98	5,122	115
Каша гречневая вязкая	200	6,37	8,16	32,71	230,2
Соленые огурцы порционно(доп.гар)	60	0,772	0,06	2,1	12
Сок фруктовый(разливной)	200	0,10		24,4	98
Хлеб сельский/ хлеб белый	40	2,9	0,8	17	90
Итого:	860	19,33	21,64	92,72	631,2

Директор

Шеф-повар

