

ООО "АБК-Прэмент"

МЕНЮ на 21.12.2023 год

столовой общеобразовательной школы №11

четверг

Наименование продуктов

Выход Белки Жиры Угл-ды Ккал

Завтрак (младшие)

Круассан	60	2,52	4,31	14,02	105
Каша пшеничная молочная	200	12,58	13,98	38,7	293,8
Чай с сахаром	200	0,7	0,02	8	32
Батон нарезной	50	3,75	1,45	25,7	131
Итого:	500	18,92	19,76	86,45	561,8

Обед (младшие)

Щи из свежей капусты с картофелем	200	8,61	12,96	26,32	271,8
Котлеты Нежные из куриных грудок	90	12,89	14,62	35,78	311,8
Картофельное пюре с маслом сливочным	150\5	1,09	6,98	10,48	147,05
Кисель	200	0,6	0,1	30,2	123,6
Хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	17,22	82,25
Хлеб ржаной	25	1,65	0,3	9,9	49,5

Итого: 115,14 703 26,41 28,26 119,42 838,95

Всего: 1203 45,33 48,02 205,87 1400,75

Завтрак (старшие)

Круассан	60	2,52	4,31	14,02	105
Каша пшеничная молочная	250	13,58	14,98	48,5	296,41
Чай с сахаром	200	0,7	0,02	8	32
Батон нарезной	50	3,75	1,45	25,7	131

Итого: 550 21,92 21,86 96,22 664,11

Обед (старшие)

Щи из свежей капусты с картофелем	250	9,61	14,95	27,9	289,75
Котлеты Нежные из куриных грудок	100	13,22	15,14	35,32	322
Картофельное пюре с маслом сливочным	180\5	3,86	7,18	22,58	178,2
Кисель	200	0,6	0,1	30,2	123,6
Хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	17,22	82,25
Хлеб ржаной	35	2,07	0,37	12,47	62,37

Итого: 119,5 803 32,02 33,02 140,69 958,17

Всего: 1353 53,94 54,88 236,91 1622,28

Горячий завтрак (старшие)

Печенье	30	2,22	2,82	21,93	122,1
Котлеты Нежные из куриных грудок	100	13,22	15,14	35,32	322
Картофельное пюре с маслом сливочным	180\5	3,86	7,18	22,58	178,2
Чай с сахаром	200	0,7	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: 79 553 22,19 23,56 95,59 710,9

Директор школы

Михайленко С.О.

Шеф повар

Моравская Л.И.

