

ООО " АБК - Пэймент"
МЕНЮ на 24.01.2024 год
 столовой общеобразовательной школы №11

Наименование продуктов	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Завтрак (младшие)					
Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47
Каша пшеничная молочная	150	14,78	17,48	36,21	375
Чай с сахаром и лимоном	187\8\5	0,07	0,02	8	32
Батон нарезной	50	3,75	1,45	25,7	131
Итого:	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
Икра кабачковая (доп гарнир)	40	0,86	1,85	2,41	29,79
Кисель	200	0,6	0,1	30,2	143,6
Хлеб пшеничный	30	1,9	0,2	12,3	58,75
Хлеб ржаной	30	2,97	0,54	17,82	89,1
Итого: 119,7	700	25,8	26,55	112,96	784,34
Всего:	1203	44,8	45,9	192,67	1369,39
Завтрак (старшие)					
Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47
Каша пшеничная молочная	200	15,78	18,48	37,21	385,05
Чай с сахаром и лимоном	187\8\5	0,07	0,02	8	32
Батон нарезной	50	3,38	1,31	23,13	117,9
Итого:	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	250	18,03	23,04	51,16	463,13
Икра кабачковая(доп гарнир)	30	0,86	1,85	2,41	29,79
Кисель	200	0,6	0,1	30,2	143,6
Хлеб пшеничный	30	2,66	0,28	17,22	82,25
Хлеб ржаной	40	2,07	0,37	12,47	62,37
Итого: 124-30	800	29,97	31,18	128,08	906,99
Всего:	1350	51,6	53,03	219,22	1588,94
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 и лимоном	187\8\5	0,07	0,02	8	32
Хлеб пшеничный	30	1,5	0,16	9,84	47
Хлеб ржаной	40	1,32	0,24	7,92	39,6
Итого: 82-20	590	21,42	23,86	96,7	648,73

Директор школы

Михайленко С.О.

Шеф-повар

Моравская Л.И.

