

ООО "АБК-Пэймент"
МЕНЮ на 24.11.2023 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
Сырники из творога с повидлом	120/30	15,1	14,48	36,67	367,4
Какао с молоком	200	0,08	4,54	10,61	38,6
Батон нарезной	50	3,76	1,74	30,84	132
Итого: 37,55	500	18,39	19,05	79,65	588,25
Обед (младшие)					
Свекла отварная (дольками)	60	0,9	0,02	5,27	24,77
Суп картофельный с вермишелью	200	8,15	9,27	43,96	254,6
Плов из куриной грудки	200	14,42	18,43	40,93	370,5
Компот из свежих яблок	200	0,16	0,16	10,91	46,6
Хлеб пшеничный	20	1,5	0,16	9,84	47
Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	7,92	39,6
Итого: 77,59	700	26,45	28,28	118,83	783,07
Всего: 115,14	1200	45,79	48,44	206,75	1368,07
Завтрак (старшие)					
Фрукты (яблоко)	100	0,4	0,4	9,8	47
Запеканка из творога с повидлом	120/30	15,1	14,48	36,67	367,4
Какао с молоком	200	0,08	4,54	10,61	38,6
Батон нарезной	50	3,76	1,74	30,84	132
Итого: 40,5	550	21,39	22,05	90,97	698,25
Обед (старшие)					
Свекла отварная (дольками)	100	1,5	0,03	8,78	41,28
Суп картофельный с вермишелью	200	8,15	9,27	43,96	254,6
Суп картофельный с вермишелью	250	9,15	10,27	47,46	258,25
Плов из куриной грудки	250	15,42	19,43	53,43	377
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: 79	820	27,55	30,13	128,5	762,73
Всего: 119,5	1370	48,94	52,18	219,47	1460,98
Горячий завтрак (старшие)					
Фрукты (яблоко)	100	0,4	0,4	9,8	47
Запеканка из творога с повидлом	170/30	19,53	18,18	48,5	552,8
Какао с молоком	200	0,08	4,54	10,61	38,6
Хлеб пшеничный	25	1,87	0,2	12,3	58,75
Хлеб ржаной	25	1,65	0,3	9,9	49,5
Итого: 79	550	23,53	23,62	91,11	706,65

Директор



школы

Михайленко С.О.

Шеф-повар

Моравская Л.И.