

ООО "АБК - Пэймент"  
**МЕНЮ на 27.12.2023 год**  
 столовой общеобразовательной школы №11

Наименование продуктов	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
<b>Завтрак (младшие)</b>					
Бутерброд с повидлом	60	0,4	0,4	9,8	47
Каша молочная гречневая с маслом сливочным	190/3	14,78	17,48	36,21	375
Чай с сахаром	200	0,07	0,02	8	32
Батон нарезной	50	3,75	1,45	25,7	131
<b>Итого:</b>	<b>503</b>	<b>19</b>	<b>19,35</b>	<b>79,71</b>	<b>585,05</b>
<b>Обед (младшие)</b>					
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
Капуста квашенная (доп гарнир)	30	0,86	1,85	2,41	29,79
Кисель	200	0,6	0,1	30,2	143,6
Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,3	58,75
Хлеб ржаной	45	2,97	0,54	17,82	89,1
<b>Итого:</b>	<b>115,14</b>	<b>700</b>	<b>25,8</b>	<b>26,55</b>	<b>112,96</b>
<b>Всего:</b>	<b>1203</b>	<b>44,8</b>	<b>45,9</b>	<b>192,67</b>	<b>1369,39</b>
<b>Завтрак (старшие)</b>					
Бутерброд с повидлом	60\60	0,4	0,4	9,8	47
Каша молочная гречневая с маслом сливочным	245/5	15,78	18,48	37,21	385,05
Чай с сахаром	200	0,07	0,02	8	32
Батон нарезной	45	3,38	1,31	23,13	117,9
<b>Итого:</b>	<b>550</b>	<b>21,63</b>	<b>21,85</b>	<b>91,14</b>	<b>681,95</b>
<b>Обед (старшие)</b>					
Суп лапша домашняя с картофелем	250	5,05	5,54	11,62	115,75
Плов из куриной грудки	200	14,42	18,43	40,93	370,5
Плов из куриной грудки	250	18,03	23,04	51,16	463,13
Капуста квашенная (доп гарнир)	30	0,86	1,85	2,41	29,79
Кисель	200	0,6	0,1	30,2	143,6
Хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	17,22	82,25
Хлеб ржаной	35	2,07	0,37	12,47	62,37
<b>Итого:</b>	<b>119,5</b>	<b>800</b>	<b>29,97</b>	<b>31,18</b>	<b>128,08</b>
<b>Всего:</b>	<b>1350</b>	<b>51,6</b>	<b>53,03</b>	<b>219,22</b>	<b>1588,94</b>
<b>Горячий завтрак (старшие)</b>					
Бутерброд с повидлом	30/30	0,4	0,4	9,8	47
Плов из куриной грудки	250	18,03	23,04	51,16	463,13
Чай с сахаром	200	0,07	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
<b>Итого:</b>	<b>79</b>	<b>590</b>	<b>21,42</b>	<b>23,86</b>	<b>648,73</b>

Директор школы

Михайленко С.О.

Шеф-повар

Моравская Л.И.

