

ООО "АБК - Пэймент"
МЕНЮ на 02.10.2023 год
МБОУ "СОШ №11" НМР РТ

понедельник

Завтрак (младшие)

	Выход	руб	Белки	Жиры	Угл	Ккал
Бутерброд с маслом сливочным	40		2,36	7,49	14,89	136
Каша "Дружба" молочная с маслом слив.	180/5		10,48	10,43	25,24	217,4
Чай с сахаром и лимоном	187/8/5		0,13	0,02	8,2	34,02
Батон нарезной	75		5,6	2,16	38,36	195,52
Итого:	500		18,57	20,1	86,69	582,94

Обед (младшие)

Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200/5		3,74	14,71	6,5	79,9
Сосиски отварные	100		15,22	22,14	15,32	322
Макаронные изделия отварные с масл.слив.	150/3		5,78	1,28	42,96	226,1
Напиток из сухофруктов	200		0,7	0,1	32	132,8
Хлеб пшеничный	25		1,9	0,2	12,3	58,75
Хлеб ржаной	45		2,97	0,54	17,82	89,1
Итого:	718	114,64	25,62	26,85	116,71	782,16
Всего:	1218		44,19	46,95	203,4	1365,1

Горячий завтрак (младшие)

Бутерброд с маслом сливочным	40		2,36	7,49	14,89	136
Сосиски отварные	100		15,22	22,14	15,32	322
Макаронные изделия отварные с масл.слив.	150/3		5,78	1,28	42,96	226,1
Чай с сахаром и лимоном	187/8/5		0,13	0,02	8,2	34,02
Хлеб ржаной	20		1,32	0,24	7,92	39,6
Всего:	503	77,09	18,42	19,05	80,1	563,23

Горячий завтрак (старшие)

Масло сливочное (порционно)	10		0,08	7,25	0,13	66
Сосиски отварные	100		15,22	22,14	15,32	322
Макаронные изделия отварные с масл.слив.	180/5		6,66	9,04	31,8	235,14
Чай с сахаром и лимоном	187/8/5		0,13	0,02	8,2	34,02
Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	70,5
Хлеб ржаной	25		1,65	0,3	9,9	49,5
Всего:	550	79	23,02	24,05	91,11	707,16

Завтрак (старшие)

Бутерброд с маслом сливочным	40		2,36	7,49	14,89	136
Каша "Дружба" молочная с маслом слив.	230/5		13,94	12,19	32,22	299,33
Чай с сахаром и лимоном	187/8/5		0,13	0,02	8,2	34,02
Батон нарезной	75		5,6	2,16	38,36	195,52
Итого:	550		22,03	21,86	93,67	664,87

Обед (старшие)

Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250/5		3,9	5,7	8,08	97,85
Сосиски отварные	100		15,22	22,14	15,32	322
Макаронные изделия отварные с мал.слив.	180/5		6,66	9,04	31,8	235,14
Напиток из сухофруктов	200		0,7	0,1	32	132,8
Хлеб пшеничный	25		1,9	0,2	12,3	58,75
Хлеб ржаной	35		2,07	0,37	12,47	62,37
Итого:	800	119,5	30,42	32,55	131,97	908,91
Всего:	1350		52,45	54,41	225,64	1573,78

Директор школы

Михайленко С.О.

Шеф-повар

Моравская Л.И.

