

ООО "АБК - Пэймент"

МЕНЮ на 03.05.2022

столовой общеобразовательной школы №11

Наименование продуктов	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Завтрак (младшие)					
Бутерброд с сыром	50	5,08	4,6	0,28	63
Каша геркулесовая молочная с маслом	200	5,61	5,81	28,53	189
Кофейный напиток с молоком	200	3,1	2,678	15,94	101
Батон высший сорт	50	3,75	1,45	25,7	132
Итого:	510	18,85	19,73	79,98	571,49
Горячий завтрак (старшие)					
Сыр порционно	10	3,95	3,99	0	51,5
Котлеты Здоровье	100	21,1	12,45	36,05	341
Каша вязкая гречневая	180\3				
Печенье весовое	30	1,62	2,09	12,3	125
Компот из свежих яблок	200	0,16	0,16	27,88	114,6
Хлеб ржаной	25	1,98	0,36	11,86	59,28
хлеб пшеничный	30				
Итого:	480	21,5	23,19	95,12	691,38
Обед младшие					
Рассольник ленинградский	200	4,11	5,07	9,51	85,8
Каша вязкая гречневая	150	4,63	4,23	44,87	290,63
Котлеты Здоровье	90	20,49	12,19	35	332
Компот из св.яблок	200	2,96	0,54	17,78	88,92
Хлеб пшеничный	20	0,16	0,16	27,88	114,6
Хлеб ржаной	45	2,96	0,54	17,78	88,92
Итого:	705	26,36	27,4	91,88	672,82

Директор

Шеф-повар

