

ООО "АБК-Пэймент"
 Меню на 06.12.2021
 столовой общеобразовательной школы №11

Горячий завтрак (младшие)	Выход	белки	жиры	углеводы	ККАЛ
Каша геркулесовая молочная	200	6,28	7,55	25,6	195
Чай с мармеладом	200\15	4,9	5	32,5	190
Батон высший сорт	60	1,88	0,73	12,85	66
Печенье весовое	40				
Итого:	500	20,06	18,83	87,77	597,1

Горячий завтрак(младшие)					
Рассольник домашний со сметаной	200\10	0,4	0,4	9,8	47
Салат из зеленого горошка к\с	60	12,12	7,76	14,6	178
Курица запеченная	100	6,62	5,42	31,73	202,14
Рис отварной с маслом сливоч.	150\3	0,2	0	13,7	53
Сок фруктовый(разливной)	200	2,5	0,75	14,8	79
Хлеб дарницкий	40				
Итого:	808	21,5	22,52	89,4	634

Обед(старшие)					
	10	1,8	3,12	3,76	50,16
Курица запеченая	100	10,98	6,98	13,21	160,2
Рис отварной с маслом сливоч	180\3	5,62	11,27	34,13	244,8
Чай с мармеладом	200\15	0,2		13,7	53
Хлеб белый/хлеб сельский	30\40	2,5	0,75	14,8	79
Итого:	553	21,5	22,52	89,4	634

Директор

ШЕФ/ПОВАР

