

ООО "АБК-Пэймент"
 Меню на 08.12.2021
 столовой общеобразовательной школы N11, №11

Наименование продуктов	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Горячий завтрак (младшие)					
Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47
Запеканка творожная с молоком сгущенным	130/20	15,97	17,3	17	375
Чай с сахаром	185\15	0,07	0,02	15	60
Батон нарезной	50	3,75	1,45	25,7	131
Итого:	500	20,19	19,17	87,5	613

Горячий завтрак (старшие)					
Апельсин	100	0,4	0,4	9,8	47
Сыр	10	3,89	9,95	16,24	184,03
Ёжики мясные с рисом в соусе томатном	60\40	9,587	12,6	9,451	179
Каша гречневая вязкая	180	8,77	2,3	39,73	214
Чай с сахаром	190\10	0,1	24,4	98	
Хлеб пшеничный	30	1,52	0,16	9,84	47
Хлеб дарницкий					
Итого:	790	21,18	23,37	92,98	654,51

Обед (младшие)					
Бутерброд с сыром(30\15\5)	50				
Суп гороховый	200	6,39	5,72	13,23	118
Ёжики мясные с рисом в соусе томатном	60\40	5	8,2	30,3	215
Каша гречневая вязкая	150	8,77	6,1	39,62	248
Напиток лимонный	200	0,1	24,4	98	
Хлеб сельский/хлеб белый	35	2,5	0,75	14,8	79
	50	2,14	6,08	10,3	110,4
Итого:					

Директор

Шеф/повар

