

ООО "АБК-Пэймент"
МЕНЮ на 10.10.2023 год
МБОУ "СОШ №11" НМР РТ

вторник					
Наименование продуктов	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Завтрак (младшие)					
Бутерброд с маслом сливочным	40	2,36	7,49	14,89	136
Каша пшенная молочная	200	11,58	9,98	28,73	243,8
Чай с сахаром с шиповником	200	0,13	0,02	8,2	34,02
Батон нарезной	60	4,5	1,74	30,84	157,2
Итого:	500	18,57	19,23	82,66	571,02
Обед(младшие)					
Рассольник Ленинградский со сметаной	200/5	6,74	7,82	9,76	153,9
Жаркое из птицы (куриных грудок)	50/150	15,01	17,27	51,76	393,54
Огурцы свежие (доп гарнир)	40	1,15	1,09	2,31	23,68
Напиток из изюма и яблок	200	0,38	0,13	29,03	119,94
Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,3	58,75
Хлеб ржаной	30	1,32	0,24	7,92	39,6
Итого:	700	26,5	26,75	113,08	789,41
Всего: 115,14	1200	44,89	45,8	192,73	1377,7
Завтрак (старшие)					
Бутерброд с маслом сливочным	40	2,36	7,49	14,89	136
Бутерброд с маслом сливочным	40	2,36	7,49	14,89	136
Каша пшенная молочная	250	10,91	13,46	38,73	210,85
Чай с сахаром с шиповником	200	0,13	0,02	8,2	34,02
Батон нарезной	60	4,5	1,74	30,84	157,2
Итого:	550	21,9	22,71	92,66	658,07
Обед (старшие)					
Рассольник Ленинградский со сметаной	250/5	8,74	14,57	11,98	107,25
Жаркое из птицы (куриных грудок)	250	18,76	21,56	64,7	481,92
Огурцы свежие (доп гарнир)	40	1,15	1,09	2,31	23,68
Напиток из изюма и яблок	200	0,38	0,13	29,03	119,94
Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,3	58,75
Хлеб ржаной	30	1,32	0,24	7,92	39,6
Итого:	800	32,25	33,79	128,24	941,14
Всего: 119,5	1350	53,64	55,84	219,21	1639,4
Горячий завтрак (младшие)					
Жаркое из птицы (куриных грудок)	50/150	15,01	17,27	51,76	393,54
Огурцы свежие (доп гарнир)	50	1,44	1,36	2,89	29,6
Чай с сахаром с шиповником	200	0,13	0,02	8,2	34,02
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5
Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	7,92	39,6
Итого:	77,59	500	20,18	19,13	85,53
Всего: 79	590	22,96	22,1	100,13	694,25
Горячий завтрак (старшие)					
Салат из моркови с сахаром	100	1,23	0,09	11,47	81,7
Жаркое из птицы (куриных грудок)	250	18,76	21,56	64,7	481,92
Чай с сахаром с шиповником	200	0,13	0,02	8,2	34,02
Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47
Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	7,92	39,6
Итого:	79	590	22,96	22,1	100,13
Всего: 79	590	22,96	22,1	100,13	694,25

Директор школы

Михайленко С.О.

Шеф повар

Моравская Л.И.

