

ООО "АБК-Пэймент"

Меню на

14.03.2022г.

столовой общеобразовательной школы №11

<b>Горячий завтрак (младшие)</b>	<b>Выход</b>	<b>белки</b>	<b>жиры</b>	<b>углеводы</b>	<b>ККАЛ</b>
Каша геркулесовая молочная	200	6,28	7,55	25,6	195
Кофейный напиток с молоком	200	4,9	5	32,5	190
Батон высший сорт	60	1,88	0,73	12,85	66
<b>Итого:</b>	<b>500</b>	<b>20,06</b>	<b>18,83</b>	<b>87,77</b>	<b>597,1</b>
<b>Горячий завтрак(младшие)</b>					
Рассольник домашний со сметаной	250\5	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				
<b>Итого:</b>	<b>808</b>	<b>21,5</b>	<b>22,52</b>	<b>89,4</b>	<b>634</b>
<b>Обед(старшие)</b>					
Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47
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
Кофейный напиток с молоком	200	0,2		13,7	53
Хлеб белый/хлеб сельский	20\20	2,5	0,75	14,8	79
<b>Итого:</b>	<b>553</b>	<b>21,5</b>	<b>22,52</b>	<b>89,4</b>	<b>634</b>

Директор

ШЕФ-ПОВАР

