

ООО "АБК-Пэймент"
МЕНЮ на 16.01.2024 год
 столовой общеобразовательной школы №11

вторник

Наименование продуктов	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Завтрак (младшие)					
Яйцо вареное	40	2,36	7,49	14,89	136
Каша геркулесовая молочная	200	11,58	9,98	28,73	243,8
Чай с сахаром	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
Капуста квашенная(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: 119,71	1200	44,89	45,8	192,73	1377,66
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 геркулесовая молочная вязкая	250	10,91	13,46	38,73	210,85
Чай с сахаром	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
Капуста квашенная (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	30	1,9	0,2	12,3	58,75
Хлеб ржаной	30	1,32	0,24	7,92	39,6
Итого:	805	32,25	33,79	128,24	941,14
Всего: 124,3	1350	53,64	55,84	219,21	1639,39
Горячий завтрак (старшие)					
Салат из капусты квашеной	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	200	0,13	0,02	8,2	34,02
Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47
Итого: 82,2	590	22,96	22,1	100,13	694,25

Директор школы

 **Михайленко С.О.**

Шеф повар



 **Моравская Л.И.**