

ООО "АБК-Пэймент"
 Меню на 19.01.2022
 столовой общеобразовательной школы N1, №11

Наименование продуктов		Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Горячий завтрак (младшие)						
Яблоко		100	0,4	0,4	9,8	47
Запеканка творожная со сгущ.молоком	130/20		15,2	18,06	34,784	408
Чай с сахаром	190\10		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)						
Сыр		10	3,89	9,95	16,24	184,03
Котлеты Пожарские из птицы		100	9,587	12,6	9,451	179
Каша гречневая вязкая		180	8,77	2,3	39,73	214
Напиток лимонный		200	0,144	0,016	21,44	101,48
Хлеб пшеничный		30	1,52	0,16	9,84	47
Хлеб дарницкий						
Итого:		550	21,18	23,37	92,98	654,51
Обед (младшие)						
Бутерброд с сыром(30\15\5)		50	6,21	7,86	14,03	155
Суп гороховый		200	6,39	5,72	13,23	118
Пельмени отварные с маслом	150\3		5	8,2	30,3	215
Напиток лимонный		200	0,1	24,4	98	
Хлеб сельский/хлеб белый	30\30		2,5	0,75	14,8	79
		50	2,14	6,08	10,3	110,4
Итого:		750				

Директор

Шеф/повар

