

ООО "АБК-Пэймент"
 Меню на 24.11.2021
 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) | | | | | | |
| Яблоки | | 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

