

## ООО "АБК-Пэймент"

Меню на 23.12.2021

столовой общеобразовательной школы №11

Наименование продуктов	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
<b>Горячий завтрак (младшие)</b>					
Печенье	50	2,33	8,12	15,55	144
Каша манная молочная	200	20,43	13,8	41,55	372
Чай с сахаром	190\10	0,07		13,7	53
Батон нарезной	50	3,75	1,45	25,7	131
<b>Итого:</b>	<b>300</b>	<b>18,42</b>	<b>19,35</b>	<b>86,31</b>	<b>613</b>
<b>Горячий завтрак (старшие)</b>					
Борщ из свежей капусты.с картофелем со сметаной	250\10	1,8	7,92	10,33	103,75
Плов с куриными грудками	50\180	16,47	11,62	41,68	344,7
Чай с сахаром	190\10	1,52	0,16	9,84	47
Хлеб сельский\белый	20\30	1,32	0,24	7,92	40
<b>Итого:</b>	<b>720</b>	<b>21,31</b>	<b>19,94</b>	<b>83,47</b>	<b>588</b>
<b>Обед (младшие)</b>					
Блины с маслом сливочным	50	1,72	3,71	4,82	59,58
Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной	200\10	1,8	6,92	9,6	153,8
Плов с куриными грудками	50\150	14,9	9,88	40,2	217,5
Компот из свежих яблок	200	0,16	0,16	27,88	114,6
Хлеб сельский\белый	20\20	3,55	0,5	22,2	108,25
<b>Итого:</b>	<b>770</b>	<b>22,39</b>	<b>22,66</b>	<b>105,06</b>	<b>669,88</b>

/ Директор

Шеф/повар

