

ООО "АБК-Пэймент"
 Меню на 25.10.2021
 столовой общеобразовательной школы №11

Горячий завтрак (младшие)	Выход	белки	жиры	углеводы	ККАЛ
Масло сливочное порциями	15	3,95	3,99		
Каша геркулесовая молочная	200	6,28	7,55	25,6	195
Какао с молоком	200	4,9	5	32,5	190
Батон высший сорт	55	1,88	0,73	12,85	66
Печенье весовое	30				
Итого:	500	20,06	18,83	87,77	597,1

Горячий завтрак(младшие)	Выход	белки	жиры	углеводы	ККАЛ
Рассольник домашний со сметаной	200\10	0,4	0,4	9,8	47
Горошек зеленый к\с	60	12,12	7,76	14,6	178
Ёжики мясные с рисом в соусе томатном	60\40	6,62	5,42	31,73	202,14
Рис отварной	150	0,2	0	13,7	53
Компот из свежих яблок	200	2,5	0,75	14,8	79
Хлеб пшеничный/хлеб ржаной	35				
Итого:	650	21,5	22,52	89,4	634

Обед(старшие)	Выход	белки	жиры	углеводы	ККАЛ
Апельсин	100	2	4,9	12,7	104
Масло сливочное(порциями)	10	1,8	3,12	3,76	50,16
Ёжики мясные с рисом в соусе томатном	60\40	10,98	6,98	13,21	160,2
Рис отварной	200	5,62	11,27	34,13	244,8
Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	0,2		13,7	53
Хлеб белый/хлеб сельский	60/60	2,5	0,75	14,8	79
Итого:	737	21,5	22,52	89,4	634

Директор

ШЕФ/ПОВАР

