

## ООО " АБК - Пэймент"

26.01.2022

столовой общеобразовательной школы №11

Наименование продуктов	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
<b>Завтрак (младшие)</b>					
Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47
Запеканка творожная с молоком сгуц	130/20	20,16	16,35	40,8	394
Чай черный с сахаром	185/15	0,07	0,02	15	53
Батон высший сорт	50	1,88	0,73	12,85	66
<b>Итого:</b>	<b>500</b>	<b>22,24</b>	<b>17,08</b>	<b>67,35</b>	<b>513</b>
<b>Горячий завтрак (старшие)</b>					
Суп -лапша с картофелем	250	1,17	4,34	11,62	116
Плов с куриными грудками	50\200	8,66	11,08	5,69	127,7
Чай с сахаром	190\10	0,1		2,24	98
Хлеб пшеничный	30	1,32	0,24	7,92	39,6
<b>Итого:</b>	<b>760</b>	<b>16,35</b>	<b>21,83</b>	<b>84,1</b>	<b>603</b>
<b>Обед (младшие)</b>					
Суп-лапша домашняя картофелем	250	2,56	2,75	15,69	109
Плов с куриными грудками	100	7,8	9,98	5,122	115
Зеленый горошек к\с(доп.гар)	60	0,772	0,06	2,1	12
Кисель	200	0,10		24,4	98
Хлеб сельский/ хлеб белый	30\30	2,9	0,8	17	90
<b>Итого:</b>	<b>750</b>	<b>19,33</b>	<b>21,64</b>	<b>92,72</b>	<b>631,2</b>

Директор

Шеф/повар

