

**ООО "АБК-Пэймент"**  
**МЕНЮ на 28.09.2023 год**  
**МБОУ "СОШ №11" НМР РТ**

**четверг**

<b>Наименование продуктов</b>	<b>Выход</b>	<b>Белки</b>	<b>Жиры</b>	<b>Угл-ды</b>	<b>Ккал</b>	
<b>Завтрак (младшие)</b>						
Блины с маслом сливочным	45/5	2,52	4,31	14,02	105	
Каша пшеничная молочная	200	12,58	13,98	38,7	293,8	
Чай с сахаром	200	0,7	0,02	8	32	
Батон нарезной	50	3,75	1,45	25,7	131	
<b>Итого:</b>	<b>500</b>	<b>18,92</b>	<b>19,76</b>	<b>86,45</b>	<b>561,8</b>	
<b>Обед (младшие)</b>						
Щи из свежей капусты с картофелем	200	8,61	12,96	26,32	271,8	
Котлеты Нежные из куриных грудок	90	12,89	14,62	35,78	311,8	
Картофельное пюре с маслом сливочным	150/3	1,09	6,98	10,48	147,05	
Кисель	200	0,6	0,1	30,2	123,6	
Хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	17,22	82,25	
Хлеб ржаной	25	1,65	0,3	9,9	49,5	
<b>Итого:</b>	<b>115,14</b>	<b>703</b>	<b>26,41</b>	<b>28,26</b>	<b>119,42</b>	<b>838,95</b>
<b>Всего:</b>	<b>1203</b>	<b>45,33</b>	<b>48,02</b>	<b>205,87</b>	<b>1400,75</b>	
<b>Завтрак (старшие)</b>						
Блины с маслом сливочным	45/5	2,52	4,31	14,02	105	
Каша пшеничная молочная	250	13,58	14,98	48,5	296,41	
Чай с сахаром	200	0,7	0,02	8	32	
Батон нарезной	50	3,75	1,45	25,7	131	
<b>Итого:</b>	<b>550</b>	<b>21,92</b>	<b>21,86</b>	<b>96,22</b>	<b>664,11</b>	
<b>Обед (старшие)</b>						
Щи из свежей капусты с картофелем	250	9,61	14,95	27,9	289,75	
Котлеты Нежные из куриных грудок	100	13,22	15,14	35,32	322	
Картофельное пюре с маслом сливочным	180/3	3,86	7,18	22,58	178,2	
Кисель	200	0,6	0,1	30,2	123,6	
Хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	17,22	82,25	
Хлеб ржаной	35	2,07	0,37	12,47	62,37	
<b>Итого:</b>	<b>119,5</b>	<b>803</b>	<b>32,02</b>	<b>33,02</b>	<b>140,69</b>	<b>958,17</b>
<b>Всего:</b>	<b>1353</b>	<b>53,94</b>	<b>54,88</b>	<b>236,91</b>	<b>1622,28</b>	
<b>Горячий завтрак (старшие)</b>						
Печенье	30	2,22	2,82	21,93	122,1	
Котлеты Нежные из куриных грудок	100	13,22	15,14	35,32	322	
Картофельное пюре с маслом сливочным	180/3	3,86	7,18	22,58	178,2	
Чай с сахаром	200	0,7	0,02	8	32	
Хлеб пшеничный	20	1,5	0,16	9,84	47	
Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	7,92	39,6	
<b>Итого:</b>	<b>79</b>	<b>553</b>	<b>22,19</b>	<b>23,56</b>	<b>95,59</b>	<b>710,9</b>

Директор школы

Михайленко С.О.

Шеф повар

Моравская Л.И..



*(Handwritten signatures in blue ink)*