

ООО "АБК-Пэймент"

Меню на 21.09.2021

столовой общеобразовательной школы №11

Наименование продуктов	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Горячий завтрак (младшие)					
Яйцо вареное	40	5,08	4,6	0,38	63
Каша пшеничная молочная	200	8,56	4,18	44,18	246
Масло сливочное на полив	15	0,12	7,98	0,195	96
Чай с молоком ,с сахаром	140\50\10	1,52	1,35	10,2	61
Батон высший сорт	50	3,75	1,45	25,7	132
Итого:	505	19,03	19,56	80,555	598

Горячий завтрак (старшие)					
Суп лапша домашняя с картофелем	250	1,17	4,34	11,62	115,75
Рагу из птицы	50/200	13,17	11,3	30,82	270,8
Чай с сахаром	200	0,2	13,7	53	
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5
Хлеб ржаной	20	1,32			
Бутерброд с маслом	40	2,36	7,49	1	
Итого:	570	25,8	19,77	98,6	684,96

Обед(младшие)					
Салат из свежей капусты с морковью	100	2,56	2,75	15,69	109
Суп лапша домашняя с картофелем	250	9,8	12,66	29,85	283,5
Рагу из птицы	50\150	0,2	0	13,7	53
Чай с сахаром	190\10	2,5	0,75	14,8	79
Хлеб дарницкий/хлеб белый	30/30	2,28	0,24	14,76	70,5
Итого:	810	22,5	23,86	97,86	719,32

Директор

Шеф /повар

