

ООО "АБК-Пэймент"  
 Меню на 5 марта 2024 года  
 столовой общеобразовательной школы №31

Наименование продуктов	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал	
<b>вторник</b>						
<b>Завтрак (младшие)</b>						
Булочка сдобная	50	7,05	9,3	16,8	209	
Каша гречневая молочная вязкая	200	5,92	5,59	35,42	206,46	
Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	9,98	60,1	
Батон нарезной	50	3,75	1,45	25,7	131	
<b>Итого</b>	<b>500</b>	<b>19,89</b>	<b>19,02</b>	<b>87,9</b>	<b>606,56</b>	
<b>Обед (младшие)</b>						
Рассольник Ленинградский со сметаной	200/5	5,94	6,82	12,56	93,9	
Биточки куриные Солнышко	90	6,01	11,53	12,88	183,45	
Каша пшеничная вязкая с маслом сливочным	150/3	6,7	4,38	35,99	227	
Напиток из изюма и яблок	200	0,2	0,1	19,82	68,12	
Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,3	58,75	
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	11,88	59,4	
<b>Итого</b>	<b>703</b>	<b>119,71</b>	<b>22,73</b>	<b>23,39</b>	<b>105,43</b>	<b>690,62</b>
<b>Всего</b>	<b>1203</b>	<b>42,27</b>	<b>42,41</b>	<b>193,33</b>	<b>1297,18</b>	
<b>Завтрак (старшие)</b>						
Булочка сдобная	50	7,05	9,3	16,8	209	
Каша гречневая молочная вязкая	250	7,4	8,98	44,27	258,07	
Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	9,98	60,1	
Батон нарезной	50	3,75	1,45	25,7	131	
<b>ИТОГО</b>	<b>550</b>	<b>21,37</b>	<b>22,41</b>	<b>96,75</b>	<b>658,17</b>	
<b>Обед (старшие)</b>						
Рассольник Ленинградский	250	7,94	7,82	13,56	107,25	
Биточки куриные Солнышко	100	6,67	12,81	14,3	203,8	
Каша пшеничная вязкая с маслом сливочным	180/3	7,7	7,27	36,59	247	
Напиток из изюма и яблок	200	0,2	0,1	19,82	68,12	
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5	
Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	15,84	79,2	
<b>Итого</b>	<b>803</b>	<b>124,3</b>	<b>27,43</b>	<b>28,72</b>	<b>114,87</b>	<b>775,87</b>
<b>Всего</b>	<b>1353</b>	<b>42,27</b>	<b>51,13</b>	<b>211,62</b>	<b>1434,04</b>	
<b>Горячий завтрак(старшие)</b>						
Биточки куриные Солнышко	100	6,67	12,81	14,3	203,8	
Каша пшеничная вязкая с маслом сливочным	180/3	7,7	7,27	36,59	247	
Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	9,98	60,1	
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5	
Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	15,84	79,2	
<b>Итого</b>	<b>553</b>	<b>82,2</b>	<b>22,46</b>	<b>23,48</b>	<b>91,47</b>	<b>660,6</b>
<b>Горячий завтрак(младшие)</b>						
Биточки куриные Солнышко	90	6,01	11,53	12,88	183,45	
Каша пшеничная вязкая с маслом сливочным	150/3	6,7	4,38	35,99	227	
Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	9,98	60,1	
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5	
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	11,88	59,4	
<b>Итого</b>	<b>503</b>	<b>80,66</b>	<b>20,14</b>	<b>19,19</b>	<b>85,49</b>	<b>600,45</b>

Директор МБОУ СОШ №31

О.О.Щербаков

Шеф повар

А.А. Толстова