

ООО "АБК-Пэймент"  
 Меню на 5 октября 2023 года  
 столовая МБОУ " школа №31"НМР РТ

Наименование продуктов	Выход	Стои-сть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
<b>четверг</b>						
<b>Горячий завтрак (младшие)</b>						
Запеканка картофельная с мясом	50/130		13,19	19,59	28,15	340,09
Морковь порционно(доп.гарнир)	50		0,65	0,05	3,41	32,47
Напиток из сухофруктов	200		0,66	0,09	20,04	84,8
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>500</b>	<b>77,59</b>	<b>19,42</b>	<b>20,45</b>	<b>82,2</b>	<b>607,06</b>
<b>Завтрак (старшие)</b>						
Печенье	35		2,59	3,29	25,59	142,45
Каша пшеничная молочная	250		10,91	13,46	38,73	210,85
Какао с молоком	200		0,07	0,02	7,85	29,8
Батон нарезной	65		4,87	1,88	33,38	170,13
<b>Итого</b>	<b>550</b>		<b>21,44</b>	<b>22,65</b>	<b>105,55</b>	<b>653,23</b>
<b>Обед (старшие)</b>						
Салат из моркови с сахаром	100		1,23	0,1	11,48	81,7
Борщ из свежий капусты с картофелем	250		8,8	7,92	40,93	223,75
Запеканка картофельная с мясом	240		18,46	19,59	33,82	500,57
Напиток из сухофруктов	200		0,66	0,09	20,04	84,8
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>830</b>	<b>119,5</b>	<b>31,97</b>	<b>31,1</b>	<b>128,03</b>	<b>977,42</b>
<b>Всего</b>	<b>1380</b>		<b>53,41</b>	<b>53,75</b>	<b>233,58</b>	<b>1630,65</b>
<b>Горячий завтрак(старшие)</b>						
Запеканка картофельная с мясом с маслом сливочным	240/10		18,32	27,21	39,1	472,35
Морковь порционно (доп.гарнир)	50		0,65	0,05	3,41	32,47
Напиток из сухофруктов	200		0,66	0,09	20,04	84,8
Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	70,5
Хлеб ржаной	20		1,32	0,24	7,92	39,6
<b>Итого</b>	<b>550</b>	<b>79</b>	<b>23,23</b>	<b>23,83</b>	<b>95,23</b>	<b>699,72</b>

Директор МБОУ СОШ №31

Шеф повар




О.О.Щербаков

А.А.Толстова