

ООО "АБК - Пэймент"  
 Меню на 6 мая 2024 года  
 столовая МБОУ "Школа №31" НМР РТ

Наименование продуктов понедельник	Выход	стои-сть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
<b>Завтрак (младшие)</b>						
Печенье	40		2,96	3,76	10,84	124,28
Каша пшеничная молочная	200		8,56	9,8	19,49	174,46
Чай с сахаром,с яблоком	200		0,11	0,06	8,97	36,68
Батон нарезной	60		4,5	1,74	30,84	157,2
<b>Итого</b>	<b>500</b>		<b>16,13</b>	<b>15,36</b>	<b>70,14</b>	<b>492,62</b>
<b>Обед (младшие)</b>						
Борщ из свежий капусты с картофелем со сметаной	200/5		1,57	10,69	8,93	113,1
Биточки рыбные	90		10,68	8,98	16,21	170,2
Макаронные изделия(рожки)отварные с маслом сливочным	150/3		5,68	2,88	31,96	176,1
Сок фруктовый(нектар плодовой)	200		1	0	20,2	84,8
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>708</b>	<b>119,71</b>	<b>23,19</b>	<b>23,15</b>	<b>103,94</b>	<b>674,1</b>
<b>Всего</b>	<b>1208</b>		<b>39,32</b>	<b>38,51</b>	<b>174,08</b>	<b>1166,72</b>
<b>Завтрак (старшие)</b>						
Печенье	40		2,96	3,76	10,84	124,28
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	240/3		10,4	11,9	23,6	211,96
Чай с сахаром,с яблоком	200		0,11	0,06	8,97	36,68
Батон нарезной	70		5,22	2,01	33	182,48
<b>Итого</b>	<b>553</b>		<b>18,69</b>	<b>17,73</b>	<b>76,41</b>	<b>555,4</b>
<b>Обед(старшие)</b>						
Борщ из свежий капусты с картофелем со сметаной	250/5		1,95	13,29	11,1	144,68
Биточки рыбные с молочным соусом	90/20		10,68	13,98	30,95	290,2
Макаронные изделия(рожки)отварные с маслом сливочным	180/3		9,64	7,6	33,35	241,94
Сок фруктовый(нектар плодовой)	200		1	0	20,2	84,8
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>808</b>	<b>124,3</b>	<b>27,53</b>	<b>28,98</b>	<b>122,24</b>	<b>851,52</b>
<b>Всего</b>	<b>1361</b>		<b>46,22</b>	<b>46,71</b>	<b>198,65</b>	<b>1406,92</b>
<b>Горячий завтрак(старшие)</b>						
Фрукты (яблоки)	100		0,4	0,4	9,8	47
Биточки рыбные с молочным соусом	90/20		10,68	13,98	30,95	290,2
Макаронные изделия(рожки)отварные с маслом сливочным	180/3		9,64	7,6	33,35	241,94
Чай с сахаром,с яблоком	200		0,11	0,06	8,97	36,68
Хлеб ржаной	20		1,32	0,24	7,92	39,6
<b>Итого</b>	<b>613</b>	<b>82,2</b>	<b>22,15</b>	<b>22,28</b>	<b>90,99</b>	<b>670,42</b>
<b>Горячий завтрак (младшие)</b>						
Бутерброд с маслом(30/10)	40		2,41	6,69	15,89	152
Биточки рыбные	90		10,68	8,98	16,21	170,2
Макаронные изделия(рожки)отварные с маслом сливочным	150/3		5,68	2,88	31,96	176,1
Чай с сахаром,с яблоком	200		0,11	0,06	8,97	36,68
Хлеб ржаной	20		1,32	0,24	7,92	39,6
<b>Итого</b>	<b>518</b>	<b>80,66</b>	<b>20,2</b>	<b>18,85</b>	<b>80,95</b>	<b>574,58</b>

Директор

Щербаков

Шеф повар

А.А. Толстова

