

ООО "АБК-Пэймент"
 Меню на 13 января 2024 года
 столовая МБОУ " школа №31"НМР РТ

| Наименование продуктов | Выход | стои-сть | Белки | Жиры | Угл-ды | Ккал |
|---------------------------------|-------------|--------------|--------------|--------------|---------------|----------------|
| суббота | | | | | | |
| Завтрак(старшие) | | | | | | |
| Печенье | 40 | | 2,096 | 3,76 | 10,84 | 124,28 |
| Каша манная молочная | 250 | | 8,53 | 11,32 | 29,56 | 204,32 |
| Чай с молоком | 200 | | 1,52 | 1,35 | 8,92 | 53,07 |
| Батон нарезной | 60 | | 4,5 | 1,74 | 30,84 | 157,2 |
| Итого | 550 | | 17,51 | 18,17 | 80,16 | 538,87 |
| Обед(старшие) | | | | | | |
| Фрукты(яблоко) | 100 | | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47 |
| Суп картофельный с вермишелью | 300 | | 9,68 | 10,33 | 29,45 | 203,25 |
| Сосиски в тесте | 100 | | 9,5 | 15,3 | 26,5 | 282 |
| Напиток из сухофруктов | 200 | | 0,7 | 0,1 | 22,03 | 92,9 |
| Хлеб пшеничный | 50 | | 3,8 | 0,39 | 24,5 | 117,03 |
| Хлеб ржаной | 50 | | 3,3 | 0,6 | 19,8 | 99 |
| Итого: | 800 | 124,3 | 27,38 | 27,12 | 120,08 | 841,18 |
| Всего | 1350 | | 44,89 | 45,29 | 200,24 | 1380,05 |
| Горячий завтрак(старшие) | | | | | | |
| Суп картофельный с вермишелью | 250 | | 9,68 | 7,33 | 29,45 | 243,25 |
| Сосиски в тесте | 100 | | 9,5 | 15,3 | 26,5 | 282 |
| Напиток из сухофруктов | 200 | | 0,7 | 0,1 | 22,03 | 92,9 |
| Хлеб пшеничный | 20 | | 1,52 | 0,16 | 22,14 | 47 |
| Итого: | 570 | 82,2 | 21,4 | 22,89 | 100,12 | 665,15 |

Директор МБОУ СОШ №31

Шеф повар




О.О.Щербаков

А.А.Толстова