

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

Наименование продуктов	Выход	стои-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
<b>вторник</b>						
<b>Завтрак (младшие)</b>						
Яйцо вареное	40		5,08	4,6	0,28	63
Каша геркулесовая молочная	200		6,29	10,15	30,6	241,26
Чай с сахаром	200		0,07	0,02	8	32
Батон нарезной	60		4,5	1,74	30,84	157,2
<b>Итого</b>	<b>500</b>		<b>15,94</b>	<b>16,51</b>	<b>69,68</b>	<b>493,46</b>
<b>Обед (младшие)</b>						
Рассольник Ленинградский со сметаной	200/5		5,94	6,82	24,56	94,9
Жаркое из птицы (куриных грудок)	50/150		17,01	18,47	41,76	473,54
Капуста квашенная(доп.гарнир)	45		0,77	2,25	3,79	38,54
Компот из свежих яблок	200		0,16	0,16	10,91	46,6
Хлеб пшеничный	20		1,52	0,16	9,84	47
Хлеб ржаной	30		1,98	0,36	11,88	59,4
<b>Итого</b>	<b>700</b>	<b>119,71</b>	<b>27,42</b>	<b>28,16</b>	<b>111,65</b>	<b>781,52</b>
<b>Всего</b>	<b>1200</b>		<b>43,36</b>	<b>44,67</b>	<b>181,33</b>	<b>1274,98</b>
<b>Завтрак (старшие)</b>						
Бутерброд с маслом сливочным(30/10)	40		2,36	7,49	14,89	136
Каша геркулесовая молочная вязкая	250		10,74	14,1	28,22	270
Чай с сахаром	200		0,07	0,02	8	32
Батон нарезной	60		4,5	1,74	30,84	157,2
<b>Итого</b>	<b>550</b>		<b>17,67</b>	<b>19,32</b>	<b>80,05</b>	<b>565,2</b>
<b>Обед(старшие)</b>						
Рассольник Ленинградский со сметаной	250/5		7,38	9,48	30,53	216,8
Жаркое из птицы (куриных грудок)	250		20,26	19,08	53,2	541,92
Капуста квашенная(доп.гарнир)	40		0,68	2	3,36	34,2
Компот из свежих яблок	200		0,16	0,16	10,91	46,6
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>805</b>	<b>124,3</b>	<b>32,78</b>	<b>31,26</b>	<b>133,57</b>	<b>990,94</b>
<b>Всего</b>	<b>1355</b>		<b>50,45</b>	<b>50,58</b>	<b>213,62</b>	<b>1556,14</b>
<b>Горячий завтрак (старшие)</b>						
Салат из капусты квашеной	100		1,7	4,8	8,46	85,7
Жаркое из птицы (куриных грудок)50/200	250		20,26	19,08	53,2	541,92
Чай с сахаром	200		0,07	0,02	8	32
Хлеб пшеничный	20		1,52	0,16	22,14	47
<b>Итого</b>	<b>570</b>	<b>82,2</b>	<b>23,55</b>	<b>24,06</b>	<b>91,8</b>	<b>706,62</b>



Директор МБОУ СОШ №31

Щербаков О.О.

Шеф повар

*Sech*

Толстова А.А.