

ООО " АБК - Пэймент"

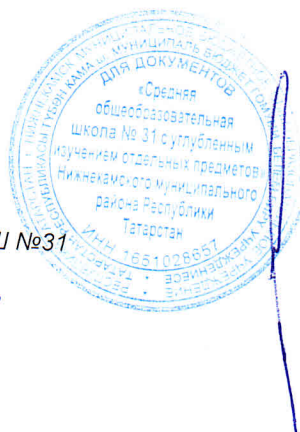
Меню на 14 октября 2023 года

столовая МБОУ " Школа №31" НМР РТ

Наименование продуктов	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Завтрак (старшие)					
Печенье	50	6,27	7,86	14,83	155
Каша кукурузная молочная	250	15,59	19,75	63,3	375
Чай с молоком	200	1,52	1,35	8,42	51
Батон нарезной	50	3,75	1,45	25,7	131
Итого	550	23,13	24,01	100,25	712
Обед(старшие)					
Суп картофельный	250	5,6	4,8	10,18	115
Курица запеченная	100	13,28	15,32	0	207,4
Каша пшеничная вязкая с маслом сливочным	180/3	3,36	4,82	47,98	244,44
Чай с сахаром	200	0,07	0,02	8	32
Хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	17,22	82,25
Хлеб ржаной	35	2,07	0,37	12,47	62,37
Итого	803	30,04	30,61	135,85	913,46
Всего	1353	53,17	54,62	236,1	1625,46
Горячий завтрак(старшие)					
Сыр порциями	10	2,63	2,66	0	34,3
Курица запеченная	100	13,28	15,32	0	207,4
Каша пшеничная вязкая с маслом сливочным	180/3	3,36	4,82	47,98	244,44
Чай с сахаром, с яблоком	200	0,11	0,06	8,97	36,68
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5
Хлеб ржаной	30	1,78	0,32	10,69	53,46
Итого	553	23,44	23,42	92,4	646,78

Директор МБОУ СОШ №31

Шеф-повар

Щербаков О.О.

Толстова А.А.