

ООО "АБК - Пэймент"
 Меню на 15 января 2024 года
 столовая МБОУ "Школа №31" НМР РТ

Наименование продуктов	Выход	стои-сть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
понеделник						
Завтрак (младшие)						
Булочка сдобная	50		7,05	9,3	16,8	209
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
Итого	500		16,13	15,36	70,14	492,62
Обед (младшие)						
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	25		1,65	0,3	9,9	49,5
Итого	703	119,71	22,86	23,09	101,96	664,2
Всего	1203		38,99	38,45	172,1	1156,8
Завтрак (старшие)						
Булочка сдобная	50		7,05	9,3	16,8	209
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
Итого	553		18,69	17,73	76,41	555,4
Обед(старшие)						
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
Итого	808	124,3	27,53	28,98	122,24	851,52
Всего	1361		46,22	46,71	198,65	1406,9
Горячий завтрак(старшие)						
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	30		1,32	0,24	7,92	39,6
Итого	613	82,2	22,15	22,28	90,99	670,42



Директор

О.О.Щербаков

Шеф повар

А.А.Толстова