

ООО "АБК-Пэймент"

Меню на 16 октября 2023 года

столовой общеобразовательной школы №31

Наименование	Выход	Стоим-сть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
завтрак(младшие)						
Бутерброд с маслом сливочным (30/10)	40		2,36	7,49	14,89	136
Каша Дружба молочная с маслом сливочным	180/5		10,48	10,43	25,24	217,4
Чай с сахаром и лимоном	187/8/5		0,13	0,02	8,2	34,02
Батон нарезной	75		5,6	2,16	38,36	195,52
Итого	500		18,57	20,1	86,69	582,94
Обед(младшие)						
Щи из св.капусты с картофелем,со сметаной	200/5		3,74	14,71	6,5	79,9
Шницель куриный	90		10,53	10,023	5,13	195,51
Макаронные изделия (рожки)отварные с маслом сливочным	150/3		5,78	1,28	42,96	226,1
Напиток из сухофруктов	200		0,7	0,1	32	132,8
Хлеб пшеничный	25		1,9	0,2	12,3	58,75
Хлеб сельский	45		2,97	0,54	17,82	89,1
Итого	718	115,14	25,62	26,85	116,71	782,16
Всего	1218		44,19	46,95	203,4	1365,1
Горячий завтрак(младшие)						
Бутерброд с маслом сливочным (30/10)	40		2,36	7,49	14,89	136
Шницель куриный	90		7,83	10,02	5,13	115,51
Макаронные изделия (рожки)отварные с маслом сливочным	150/3		6,78	1,28	43,96	238,1
Чай с сахаром и лимоном	180/8/5		0,13	0,02	8,2	34,02
Хлеб ржаной	20		1,32	0,24	7,95	39,6
Итого	513	77,59	18,42	19,05	80,1	563,23
Завтрак (старшие)						
Бутерброд с маслом сливочным (30/10)	40		2,36	7,49	14,89	136
Каша Дружба молочная с маслом сливочным	230/5		13,94	12,19	32,22	299,33
Чай с сахаром и лимоном	187/8/5		0,13	0,02	8,2	34,02
Батон нарезной	75		5,6	2,16	38,36	195,52
Итого	550		22,03	21,86	93,67	664,87
Обед(старшие)						
Щи из св.капусты с картофелем,со сметаной	250/5		3,9	5,7	8,08	97,85
Шницель куриный	100		9,6	13,84	0,36	201,12
Макаронные изделия (рожки)отварные с маслом сливочным	180/5		6,66	4,04	51,8	235,14
Напиток из сухофруктов	200		0,7	0,1	32	132,8
Хлеб пшеничный	25		1,87	0,2	12,3	58,75
Хлеб сельский	35		2,07	0,37	12,47	62,37
Итого	800	119,5	30,42	32,55	131,97	908,91
Всего	1350		52,45	54,41	225,64	1573,78
Горячий завтрак(старшие)						
Масло сливочное(порциями)	10		0,08	7,25	0,13	66
Шницель куриный	100		9,6	13,84	0,36	201,12
Макаронные изделия (рожки)отварные с маслом сливочным	180/5		6,66	4,04	51,8	235,14
Чай с сахаром и лимоном	187/8/5		0,13	0,02	8,2	34,02
Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	70,5
Хлеб сельский	25		1,65	0,3	9,9	49,5
Итого	550	79	23,02	24,15	91,11	707,16

Директор МБОУ СОШ №31

Шеф повар



Щербаков О.О.

Толстова А.А.