ООО "АБК-Пэймент"
Меню на 16 ноября 2023 года
столовая МБОУ " школа N31"НМР РТ

Наименование продуктов	Выход	Стои-сть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
четверг						
Завтрак (младшие)						
Печенье	50		3,7	4,7	16,55	203,5
Каша пшенная молочная вязкая с маслом сливочным	180/5		9,91	12,46	28,73	201,94
Какао с молоком	200		0,07	0,02	7,85	29,8
Батон нарезной	65		4,87	1,88	33,38	170,13
Итого	**500**		**18,55**	**19,06**	**86,51**	**605,37**
Обед(младшие)						
Салат из моркови с сахаром	60		0,74	0,06	6,89	49,02
Борщ из свежей капусты с картфелем	250		8,8	7,92	40,93	223,75
Запеканка картофельная с мясом	50/130		13,19	19,59	28,15	340,09
Напиток из шиповника	200		0,66	0,09	20,04	84,8
Хлеб пшеничный	20		1,5	0,16	9,84	47
Хлеб ржаной	20		1,32	0,24	7,92	39,6
Итого	**730**	**115,14**	**26,21**	**28,06**	**113,77**	**784,26**
Всего	**1230**		**44,76**	**47,12**	**200,28**	**1389,63**
Горячий заврак (младшие)						
Запеканка картофельная с мясом	50/130		13,19	19,59	28,15	340,09
Морковь порционно(доп.гарнир)	50		0,65	0,05	3,41	32,47
Напиток из шиповника	200		0,66	0,09	20,04	84,8
Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	70,5
Хлеб ржаной	40		2,64	0,48	15,84	79,2
Итого	**500**	**77,59**	**19,42**	**20,45**	**82,2**	**607,06**
Завтрак (старшие)						
Печенье	35		2,59	3,29	25,59	142,45
Каша пшенная молочная	250		10,91	13,46	38,73	210,85
Какао с молоком	200		0,07	0,02	7,85	29,8
Батон нарезной	65		4,87	1,88	33,38	170,13
Итого	**550**		**21,44**	**22,65**	**105,55**	**653,23**
Обед (старшие)						
Салат из моркови с сахаром	100		1,23	0,1	11,48	81,7
Борщ из свежий капусты с картофелем	250		8,8	7,92	40,93	223,75
Запеканка картофельная с мясом	240		18,46	19,59	33,82	500,57
Напиток из шиповника	200		0,66	0,09	20,04	84,8
Хлеб пшеничный	20		1,5	0,16	9,84	47
Хлеб ржаной	20		1,32	0,24	7,92	39,6
Итого	**830**	**119,5**	**31,97**	**31,1**	**128,03**	**977,42**
Всего	**1380**		**53,41**	**53,75**	**233,58**	**1630,65**
Горячий завтрак(старшие)						
Запеканка картофельная с мясом с маслом сливочным	240/10		18,32	27,21	39,1	472,35
Морковь порционно (доп.гарнир)	50		0,65	0,05	3,41	32,47
Напиток из шиповника	200		0,66	0,09	20,04	84,8
Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	70,5
Хлеб ржаной	20		1,32	0,24	7,92	39,6
Итого	**550**	**79**	**23,23**	**23,83**	**95,23**	**699,72**

Директор О.О.Щербаков

Шеф повар А.А.Толстова

ДЛЯ ДОКУМЕНТОВ «Средняя общеобразовательная школа № 31 с углубленным изучением отдельных предметов» Нижнекамского муниципального района Республики Татарстан ИНН 1651028657