

ООО "АБК-Пэймент"
 Меню на 16 ноября 2024 года
 столовая МБОУ " школа N31"НМР РТ

Наименование продуктов

Выход стои-сть Белки Жиры Угл-ды Ккал

суббота

Завтрак(старшие)

Печенье

40

2,96

3,76

10,84

124,28

Каша манная молочная

250

15,53

16,35

41,2

345,2

Чай с сахаром и лимоном

187/8/5

0,13

0,02

8,2

34,02

Батон нарезной

60

4,5

1,74

30,84

157,2

Итого

550

23,12

21,87

91,08

660,7

Обед(старшие)

Суп картофельный с вермешелью

250

9,68

10,33

29,45

203,25

Курица запеченная

100

10,7

10,54

0

222,9

Каша гречневая вязкая с маслом сливочным

180/3

6,52

10,89

55,67

258,4

Напиток из сухофруктов

200

0,7

0,1

22,03

92,9

Хлеб пшеничный

20

1,52

0,16

9,84

47

Хлеб ржаной

50

3,3

0,6

19,8

99

Итого:

603

126,8

32,42

32,62

136,79

923,45

Всего

1153

55,54

54,49

227,87

1584,15

Горячий завтрак(старшие)

Курица запеченная

100

10,7

10,54

0

222,9

Каша гречневая вязкая с маслом сливочным

180/3

6,52

10,89

55,67

258,4

Морковь свежая (порц.доп.гарнир)

40

0,52

0,04

2,56

13,2

Чай с сахаром и лимоном

187/8/5

0,13

0,02

8,2

34,02

Хлеб пшеничный

20

1,52

0,16

9,84

47

Хлеб ржаной

30

1,98

0,36

11,38

59,4

Итого:

573

83,8

21,37

22,01

90,96

646,1

Директор МБОУ СОШ №31

Шеф повар

О.О.Щербаков

А.А.Толстова