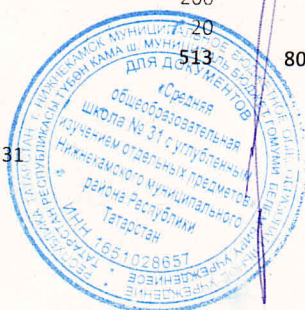


ООО "АБК-Пэймент"  
 Меню на 18 марта 2024 года  
 столовой общеобразовательной школы №31

Наименование	Выход	Стоим-сть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
<b>завтрак(младшие)</b>						
Яйцо вареное	40		5,08	4,6	0,28	63
Каша Дружба молочная с маслом сливочным	180/5		5,24	9,16	20,23	158,12
Чай с сахаром	200		0,07	0,02	8	32
Батон нарезной	75		5,6	2,16	35,36	195,52
<b>Итого</b>	<b>500</b>		<b>15,99</b>	<b>15,94</b>	<b>63,87</b>	<b>448,64</b>
<b>Обед(младшие)</b>						
Щи из св.капусты с картофелем,со сметаной	200/5		7,54	11,91	6,5	153,9
Курица запеченная	100		8,05	11,32	31,82	249,4
Макаронные изделия (рожки)отварные с маслом сливочным	150/3		5,68	2,88	31,96	176,1
Напиток из сухофруктов	200		0,7	0,1	22,03	92,9
Хлеб пшеничный	25		1,9	0,2	12,3	58,75
Хлеб ржаной	30		1,98	0,36	11,88	59,4
<b>Итого</b>	<b>713</b>	<b>119,71</b>	<b>25,85</b>	<b>26,77</b>	<b>116,49</b>	<b>790,45</b>
<b>Всего</b>	<b>1213</b>		<b>41,84</b>	<b>42,71</b>	<b>180,36</b>	<b>1239,09</b>
<b>Завтрак (старшие)</b>						
Печенье	40		2,96	3,76	10,84	124,28
Каша Дружба молочная с маслом сливочным	230/5		9,18	11,63	19,3	179,26
Чай с сахаром	200		0,07	0,02	8	32
Батон нарезной	75		5,6	2,16	35,36	195,52
<b>Итого</b>	<b>550</b>		<b>17,81</b>	<b>17,57</b>	<b>73,5</b>	<b>531,06</b>
<b>Обед(старшие)</b>						
Щи из св.капусты с картофелем,со сметаной	250/5		8,37	12,81	8,08	191,43
Курица запеченная	100		8,05	11,32	31,82	249,4
Макаронные изделия (рожки)отварные с маслом сливочным	180/3		9,64	7,6	33,35	241,94
Напиток из сухофруктов	200		0,7	0,1	22,03	92,9
Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	70,5
Хлеб сельский	40		2,64	0,48	15,84	79,2
<b>Итого</b>	<b>818</b>	<b>124,3</b>	<b>31,68</b>	<b>32,55</b>	<b>127,88</b>	<b>925,37</b>
<b>Всего</b>	<b>1368</b>		<b>49,49</b>	<b>50,12</b>	<b>201,38</b>	<b>1456,43</b>
<b>Горячий завтрак(старшие)</b>						
Курица запеченная	100		8,05	11,32	31,82	249,4
Макаронные изделия (рожки)отварные с маслом сливочным	180/3		9,64	7,6	33,35	241,94
Свекла отварная дольками(доп.гарнир)	30		0,42	1,8	2,48	27,84
Чай с сахаром	200		0,07	0,02	8	32
Хлеб пшеничный	20		1,52	0,16	9,84	47
Хлеб ржаной	20		1,32	0,24	7,92	39,6
<b>Итого</b>	<b>563</b>	<b>82,2</b>	<b>21,42</b>	<b>22,14</b>	<b>93,41</b>	<b>647,78</b>
<b>Горячий завтрак(младшие)</b>						
Яйцо вареное	40		5,08	4,6	0,28	63
Курица запеченная	90		8,05	11,32	31,82	249,4
Макаронные изделия (рожки)отварные с маслом сливочным	150/3		5,68	2,88	31,96	176,1
Чай с сахаром	200		0,07	0,02	8	32
Хлеб ржаной	20		1,32	0,24	7,92	39,6
<b>Итого</b>	<b>513</b>	<b>80,66</b>	<b>20,2</b>	<b>19,06</b>	<b>79,98</b>	<b>560,1</b>

\*Директор МБОУ СОШ №31

Шеф повар

Щербаков О.О.

Толстова А.А.