

ООО "АБК-Пэймент"  
 Меню на 19 апреля 2024 года  
 столовая МБОУ " школа N31" НМР РТ

Наименование продуктов	Выход	стои-сть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
<b>пятница</b>						
<b>Завтрак (младшие)</b>						
Фрукты (яблоки)	100		0,4	0,4	9,8	47
Сырники из творога со сгущенным молоком	120/30		15,55	18,35	36,06	398,93
Чай с сахаром	200		0,07	0,02	8	32
Батон нарезной	50		3,75	1,45	25,7	131
<b>Итого</b>	<b>500</b>		<b>19,77</b>	<b>20,22</b>	<b>79,56</b>	<b>608,93</b>
<b>Обед (младшие)</b>						
Суп картофельный с горохом	200		4,35	5,22	26,53	218,6
Птица тушеная в сметанно-томатном соусе	50/50		11,65	11,66	3,51	166
Каша гречневая вязкая	150		3,08	5,01	28,52	145,5
Компот из свежих яблок	200		0,16	0,16	10,91	46,6
Хлеб пшеничный	30		2,028	0,24	14,76	70,5
Хлеб ржаной	30		1,98	0,36	11,88	59,4
<b>Итого</b>	<b>710</b>		<b>23,5</b>	<b>22,65</b>	<b>96,11</b>	<b>706,5</b>
<b>Всего</b>	<b>1210</b>	<b>119,71</b>	<b>43,27</b>	<b>42,87</b>	<b>175,67</b>	<b>1315,53</b>
<b>Завтрак (старшие)</b>						
Фрукты (яблоки)	100		0,4	0,4	9,8	47
Запеканка из творога с повидлом(160/40)	200		18,14	20,64	55,01	454,4
Чай с сахаром	200		0,07	0,02	8	32
Батон нарезной	50		3,75	1,45	25,7	131
<b>Итого</b>	<b>550</b>		<b>22,36</b>	<b>22,51</b>	<b>98,51</b>	<b>664,4</b>
<b>Обед (старшие)</b>						
Суп картофельный с горохом	250		5,43	8,52	39,91	273,25
Птица тушеная в сметанно-томатном соусе	50/50		11,65	11,66	3,51	166
Каша гречневая вязкая	180		5,49	6,01	24,62	174,6
Компот из свежих яблок	200		0,16	0,16	10,91	46,6
Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	70,5
Хлеб ржаной	40		2,64	0,48	15,84	79,2
<b>Итого</b>	<b>800</b>	<b>124,3</b>	<b>27,65</b>	<b>27,07</b>	<b>109,55</b>	<b>810,15</b>
<b>Всего</b>	<b>1350</b>		<b>50,01</b>	<b>49,58</b>	<b>208,06</b>	<b>1474,55</b>
<b>Горячий завтрак (старшие)</b>						
Фрукты (яблоки)	100		0,4	0,4	9,8	47
Запеканка из творога с повидлом(170/30)	200		19,63	22,18	40,5	502,8
Чай с сахаром	200		0,07	0,02	8	32
Хлеб пшеничный	20		1,52	0,16	22,14	47
Хлеб ржаной	30		1,98	0,36	11,88	59,4
<b>Итого</b>	<b>550</b>	<b>82,2</b>	<b>23,6</b>	<b>23,12</b>	<b>92,32</b>	<b>688,2</b>
<b>Горячий завтрак(младшие)</b>						
Фрукты(яблоко)	100		0,4	0,4	9,8	47
Сырники из творога со сгущенным молоком	120/30		15,55	18,35	36,06	398,93
Чай с сахаром	200		0,07	0,02	8	32
Хлеб пшеничный	30		2,2	0,24	14,76	70,5
Хлеб ржаной	30		1,98	0,36	11,88	59,4
<b>Итого</b>	<b>510</b>	<b>80,66</b>	<b>20,2</b>	<b>19,37</b>	<b>80,47</b>	<b>607,83</b>

Директор СОШ №31

Щербаков О.О.

Шеф-повар

Толстова А.А.

