

ООО "АБК-Пэймент"
 Меню на 24 марта 2023 года
 столовая МБОУ "школа №31"НМР РТ

Наименование продуктов	Выход	стои-сть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
пятница						
Горячий завтрак (младшие)						
Суп с пельменями	200		4,48	3,84	8,14	92
Плов из говядины	50/150		21,9	22,55	34,639	429,33
Напиток из сухофруктов	200		0,66	0,09	20,04	84,8
Булочка с изюмом	50		3,5	2,25	27,5	150
Хлеб пшеничный	20		1,52	0,16	9,84	47
Хлеб ржаной	30		1,98	0,36	11,8	59,4
Итого	700	77,09	34,04	29,25	112,01	862,53
завтрак (младшие)+моб.ОВЗ						
Фрукты (яблоки)	100		0,4	0,4	9,8	47
Запеканка из творога со сгущенным молоком	130/20		14,2	19,06	38,99	386
Чай с сахаром	200		0,07	0,02	8	32
Батон нарезной	50		3,75	1,45	25,7	131
Итого	500		18,42	20,03	85,49	596
Обед (младшие)+моб.ОВЗ						
Суп с пельменями	200		4,48	3,84	8,14	92
Плов из говядины	50/150		21,9	22,55	34,639	429,33
Напиток из сухофруктов	200		0,66	0,09	20,04	84,8
Булочка с изюмом	50		3,5	2,25	27,5	150
Хлеб пшеничный	20		1,52	0,16	9,84	47
Хлеб ржаной	30		1,98	0,36	11,8	59,4
Итого	700	114,64	34,04	29,25	112,01	862,53
Всего	1200		52,46	49,28	194,5	1458,53
Завтрак (старшие)моб.ОВЗ						
Фрукты (яблоки)	100		0,4	0,4	9,8	47
Каша молочная ячневая	240		12,27	15,35	30,74	289,51
Чай с сахаром	200		0,13	0,02	8,2	34,02
Батон нарезной	60		4,5	1,74	30,84	157,2
Итого	600		17,3	17,51	79,58	527,73
Обед (старшие)моб.ОВЗ						
Суп с пельменями	250		5,6	4,8	10,18	115
Плов из говядины	50/200		18,98	31,9	51,79	569,83
Напиток из сухофруктов	200		0,66	0,09	20,04	84,8
Булочка с изюмом	50		3,5	2,25	27,5	150
Хлеб пшеничный	20		1,52	0,16	9,84	47
Хлеб ржаной	20		1,98	0,36	11,8	59,4
Итого	790	78,5	32,24	39,56	131,15	1026,03
Горячий завтрак (старшие)						
Суп с пельменями	250		5,6	4,8	10,18	115
Плов из говядины	50/200		18,98	31,9	51,79	569,83
Напиток из сухофруктов	200		0,66	0,09	20,04	84,8
Булочка с изюмом	50		3,5	2,25	27,5	150
Хлеб пшеничный	20		1,52	0,16	9,84	47
Хлеб ржаной	20		1,98	0,36	11,8	59,4
Итого	790	78,5	32,24	39,56	131,15	1026,03



О.О.Щербаков

А.А.Толстова

Столовая МБОУ
 «СОЦ №31»