

ООО "АБК-Пэймент"
 Меню на 25 января 2024 года
 столовая МБОУ " школа №31"НМР РТ

Наименование продуктов	Выход	Стои-сть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
четверг						
заврак (младшие)						
Бутерброд с сыром и маслом сливочным 30/15/5	50		6,27	7,86	14,83	155
Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	180/5		4,99	7,4	28,81	206,3
Какао с молоком	200		4,08	3,54	2,61	58,6
Батон нарезной	65		4,87	1,88	33,41	170,3
итого	500		20,21	20,68	79,68	590,2
Обед (младшие)						
Борщ из свежей капусты с картофелем	250		2,8	6,92	16,93	133,75
Биточки рыбные	90		10,68	8,98	16,21	212,2
Макаронные изделия (рожки)отварные с маслом сливочным	150/3		5,68	7,88	21,96	176,1
Напиток из урюка	200		0,75	0,06	15,95	68,52
Хлеб пшеничный	20		1,52	0,16	22,14	47
Хлеб ржаной	20		1,32	0,24	7,92	39,6
Итого	690	119,71	22,75	24,24	101,11	677,17
Всего	1190		42,96	44,92	180,77	1267,37
Завтрак (старшие)						
Печенье	35		2,59	3,19	9,49	90,75
Каша геркулесовая молочная вязкая	250		10,74	14,1	28,22	270
Чай с сахаром ,с яблоком	200		0,11	0,06	8,97	36,68
Батон нарезной	65		4,87	1,88	33,41	170,41
Итого	550		18,31	19,23	80,09	567,73
Обед (старшие)						
Капуста квашенная (доп.гарнир)	50		0,85	2,5	4,22	42,85
Борщ из свежий капусты с картофелем	250		4,8	9,92	16,93	143,75
Биточки рыбные с молочным соусом	90/20		10,68	13,98	30,95	290,2
Макароны отварные с маслом сливочным	180/3		9,64	7,6	33,35	241,94
Напиток из урюка	200		0,75	0,06	15,95	68,52
Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	70,5
Хлеб ржаной	40		2,64	0,48	15,84	79,2
Итого	863	124,3	31,64	33,78	132	936,96
Всего	1413		49,95	53,01	212,09	1504,69
Горячий завтрак(старшие)						
Салат из капусты квашеной	50		0,85	2,5	4,22	42,85
Биточки рыбные с молочным соусом	90/20		10,68	12,98	30,95	290,2
Макароны отварные с маслом сливочным	180/3		9,64	7,6	33,35	241,94
Напиток из урюка	200		0,75	0,06	15,95	68,52
Хлеб ржаной	20		1,32	0,24	7,92	39,6
Итого	563	82,2	23,24	23,38	92,39	683,11
Горячий завтрак(младшие)						
Биточки рыбные	90		10,68	8,98	16,21	212,2
Макаронные изделия (рожки)отварные с маслом сливочным	150/3		5,68	7,88	21,96	176,1
Капуста квашенная(доп.гарнир)	30		0,26	1,5	2,53	36,71
Напиток из урюка	200		0,75	0,06	15,95	68,52
Хлеб пшеничный	20		1,52	0,16	22,14	47
Хлеб ржаной	20		1,52	0,16	22,14	47
Итого	513	80,66	20,21	18,82	86,71	580,13

Директор
 Шеф повар



О.О.Щербаков
 А.А.Толстова