

ООО "АБК-Пэймент"
 Меню на 27 декабря 2023 года
 столовая МБОУ "Школа №31" НМР РТ

Наименование продуктов	Выход	стои-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Среда						
завтрак (младшие)						
Бутерброд с повидлом(30/30)	60		1,5	2,9	21,8	109
Каша молочная гречневая с маслом сливочным	190/3		14,78	16,08	32,2	335,05
Чай с сахаром	200		0,07	0,02	8	32
Батон нарезной	50		3,75	1,45	25,7	131
Итого	503		20,1	20,45	87,71	607,05
Обед(младшие)						
Суп лапша домашняя с картофелем	200		5,05	5,43	9,3	92,6
Плов из куриной грудкой (50/150)	200		14,42	18,43	40,93	370,5
Кукуруза к/с(доп.гарнир)	30		0,86	1,85	2,41	29,79
Кисель	200		0,6	0,1	30,2	143,6
Хлеб пшеничный	25		1,9	0,2	12,3	58,75
Хлеб ржаной	45		2,97	0,54	17,82	89,1
Итого	700	115,14	25,8	26,55	112,96	784,34
Всего	1203		44,8	45,9	192,67	1369,39
Завтрак (старшие)						
Бутерброд с повидлом(30/30)	60		1,5	2,9	21,8	109
Каша молочная гречневая с маслом сливочным	200/5		15,78	18,48	37,21	385,05
Чай с сахаром	200		0,07	0,02	8	32
Батон нарезной	45		3,38	1,31	23,13	117,9
Итого	550		21,63	21,85	91,14	681,95
Обед (старшие)						
Суп-лапша домашняя с картофелем	250		5,05	5,54	11,62	115,75
Плов из куриной грудкой (50/200)	250		18,03	23,04	51,16	463,13
Кукуруза к/с(доп.гарнир)	30		0,86	1,85	2,41	29,79
Кисель	200		0,06	0,1	30,2	143,6
Хлеб пшеничный	35		2,66	0,28	17,22	82,25
Хлеб ржаной	35		2,07	0,37	12,47	62,37
Итого	800	119,5	29,97	31,18	128,08	906,99
Всего	1350		51,6	53,03	219,22	1588,94
горячий завтрак (старшие)						
Бутерброд с повидлом(30/30)	60		1,5	2,9	21,8	109
Плов из куриной грудкой 50/200	250		18,03	23,04	51,16	463,13
Чай с сахаром	200		0,07	0,02	8	32
Хлеб ржаной	20		1,5	0,16	9,84	47
Хлеб пшеничный	20		1,32	0,24	7,92	39,6
Итого	590	79	21,42	23,86	96,72	648,73

Директор МБОУ СОШ №31

Шеф повар




О.О. Щербаков

А.А.Толстова