

ООО "АБК - Пэймент"  
 Меню на 9 декабря 2023 года

столовая МБОУ "Школа №31" НМР РТ

Наименование продуктов

Выход

Белки Жиры Угл-ды Ккал

**Завтрак (старшие)**

Наименование продуктов	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Печенье	50	6,27	7,86	14,83	155
Каша кукурузная молочная	250	15,59	19,75	63,3	375
Чай с молоком	200	1,52	1,35	8,42	51
Батон нарезной	50	3,75	1,45	25,7	131
<b>Итого</b>	<b>550</b>	<b>23,13</b>	<b>24,01</b>	<b>100,25</b>	<b>712</b>

**Обед(старшие)**

Суп картофельный	250	5,6	4,8	10,18	115
Курица запеченная	100	13,28	15,32	0	207,4
Каша пшеничная вязкая с маслом сливочным	180/3	3,36	4,82	47,98	244,44
Чай с сахаром	200	0,07	0,02	8	32
Хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	17,22	82,25
Хлеб ржаной	35	2,07	0,37	12,47	62,37
<b>Итого</b>	<b>803</b>	<b>30,04</b>	<b>30,61</b>	<b>135,85</b>	<b>913,46</b>
<b>Всего</b>	<b>1353</b>	<b>53,17</b>	<b>54,62</b>	<b>236,1</b>	<b>1625,46</b>

**Горячий завтрак(старшие)**

Сыр порциями	10	2,63	2,66	0	34,3
Курица запеченная	100	13,28	15,32	0	207,4
Каша пшеничная вязкая с маслом сливочным	180/3	3,36	4,82	47,98	244,44
Чай с сахаром, с яблоком	200	0,11	0,06	8,97	36,68
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5
Хлеб ржаной	30	1,78	0,32	10,69	53,46
<b>Итого</b>	<b>553</b>	<b>23,44</b>	<b>23,42</b>	<b>92,4</b>	<b>646,78</b>



Щербаков О.О.

Толстова А.А.