

ООО "АБК-Пэймент"
 Меню на 14 января 2023 года
 столовая МБОУ " школа N31"НМР РТ

Наименование продуктов	Выход	стои-сть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
суббота						
Дополнительное меню						
Омлет натуральный	200/5		20,26	26,2	3,66	331,62
с маслом сливочным						
Кисель	200		0,06	0,06	30,2	123,5
Батон нарезной	65		4,87	1,88	33,38	170,13
Итого	470		25,19	28,14	67,24	625,25
Горячий завтрак (старшие)						
Фрукты(яблоки)	100		0,4	0,4	9,8	47
Тефтели куриные с рисом	100/5		13,71	15,39	9,94	220,29
с маслом сливочным						
Каша пшеничная вязкая на воде	180/3		4,83	7,26	29,48	202,49
с маслом сливочным						
Напиток из замороженных фруктов	200		0,2	0,12	21,45	89
Хлеб пшеничный	20		1,32	0,16	9,84	47
Хлеб ржаной	20		1,32	0,24	7,92	36,6
Итого:	628	78	21,77	23,57	98,43	646,38



О.О.Щербаков

А.А.Толстова

