

ООО "АБК - Пэймент"
 Меню на 14 марта 2023 года
 столовая МБОУ "Школа №31" НМР РТ

Наименование продуктов	Выход	стои-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
вторник						
Горячий завтрак(младшие)						
Биточки рыбные из минтая	90		10,98	12,98	17,21	210,2
Пюре картофельное с маслом сливочным	150/3		3,09	6,98	20,48	157,05
Фасоль консервированная	30		0,62	5	12,47	85,5
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	20		1,32	0,24	7,92	39,6
Итого	543	77,09	18,79	20,55	79,62	559,63
Завтрак (младшие)моб.ОВЗ						
Бутерброд с маслом сливочным (30/10)	40		2,36	7,49	14,89	136
Каша пшеничная молочная	200		8,58	5,98	15,03	153,8
Чай с сахаром с яблоком	200		0,11	0,06	8,97	36,68
Батон нарезной	60		4,5	1,74	30,84	157,2
Итого	500		15,55	15,27	69,73	483,68
Обед (младшие)моб.ОВЗ						
Борщ из свежий капусты с картофелем со сметаной	200/5		2,57	3,69	1,93	61,1
Биточки рыбные из минтая	90		10,98	12,98	17,21	210,2
Пюре картофельное с маслом сливочным	150/3		3,09	6,98	20,48	157,05
Фасоль консервированная	30		0,62	5	12,47	85,5
Кисель	200		0,06	0,1	30,2	123,6
Хлеб пшеничный	20		1,52	0,16	9,84	47
Хлеб ржаной	45		2,97	0,54	17,82	89,1
Итого	743	114,64	24,6	29,45	107,5	773,55
Всего	1243		40,15	44,72	177,23	1257,23
Завтрак (старшие)моб.ОВЗ						
Бутерброд с маслом сливочным(30/10)	40		2,36	7,49	14,89	136
Каша пшеничная молочная	250		12,43	4,51	35,16	196,47
Чай с сахаром с яблоком	200		0,11	0,06	8,97	36,68
Батон нарезной	60		4,5	1,74	30,84	157,2
Итого	550		18,4	18,3	79,86	526,35
Обед(старшие)моб.ОВЗ						
Борщ из свежий капусты с картофелем	250		1,8	4,92	10,93	103,75
Биточки рыбные из минтая	100		8,2	9,76	9,68	174
Пюре картофельное с маслом сливочным	180/3		3,7	7,94	24,57	184,5
Фасоль консервированная	30		1,01	0,05	10,28	45,6
Кисель	200		0,6	0,1	30,2	12,6
Хлеб пшеничный	20		1,32	0,16	9,84	47
Хлеб ржаной	30		1,98	0,36	11,88	59,4
Итого	833	119	26,61	26,29	109,38	777,85
Всего	1383		45	44,59	189,24	1304,2
Горячий завтрак (старшие)						
Биточки рыбные из минтая	100		8,2	9,76	9,68	174
Пюре картофельное с маслом сливочным	180/3		3,7	7,94	24,57	184,5
Фасоль консервированная	30		1,01	0,05	10,28	45,6
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		1,98	0,36	11,88	59,4
Итого	593	78,5	17,28	18,41	80,14	570,68



Щербаков О.О.

Толстова А.А.

