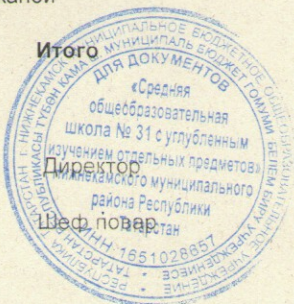


ООО "АБК - Пэймент"
 Меню на 15 марта 2023 года

столовая МБОУ "Школа №31" НМР РТ

Наименование продуктов	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал	
Среда						
Горячий завтрак(младшие)						
Бутерброд с маслом сливочным (30/10)	40	2,36	7,49	14,89	136	
Плов с куриными грудками	50/150	13,42	11,43	37,93	270,5	
Чай с сахаром и лимоном	187/8/5	0,13	0,02	8,2	34,02	
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5	
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	11,88	59,4	
Итого	500	77,09	20,17	19,54	87,66	570,42
Завтрак (младшие)+моб.ОВЗ						
Фрукты (яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	47	
Запеканка из творога с сгущенным молоком	130/20	14,2	19,06	38,99	386	
Чай с сахаром и лимоном	187/8/5	0,13	0,02	8,2	34,02	
Батон нарезной	50	3,75	1,45	25,7	131	
Итого	500	18,48	20,73	82,69	598,02	
Обед (младшие)+моб.ОВЗ						
Бутерброд с маслом сливочным(30/10)	40	2,36	7,49	14,89	136	
Суп картофельный с горохом.	200	5,39	7,22	13,23	198,6	
Плов с куриными грудками	50/150	13,42	11,43	37,93	270,5	
Напиток из замороженных фруктов	200	0,2	0,1	19,82	68,12	
Хлеб ржаной	45	2,97	0,54	17,82	89,1	
Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47	
Итого	705	114,64	25,86	26,94	113,53	809,32
Всего	1205		44,34	47,67	196,22	1407,3
Завтрак(старшие)моб.ОВЗ						
Фрукты (яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	47	
Запеканка из творога с сгущенным молоком	200/30	27,32	24,71	50,65	492	
Чай с сахаром и лимоном	187/8/5	0,13	0,02	8,2	34,02	
Батон нарезной	50	3,75	1,45	25,7	131	
Итого	580		23,6	24,05	94,35	704,02
Обед(старшие)моб.ОВЗ						
Бутерброд с маслом сливочным 30/10	40	2,36	7,49	14,89	136	
Суп картофельный с горохом	250	5,49	5,27	16,54	148,25	
Плов с куриными грудками	250	15,32	14,14	35,51	317	
Напиток из замороженных фруктов	200	0,2	0,1	19,82	68,12	
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,024	14,76	70,5	
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	11,88	59,4	
Итого	800	119	27,63	27,6	113,4	799,27
Всего	1380		51,23	51,65	207,75	1503,3
Горячий завтрак(старшие)						
Бутерброд с маслом сливочным(30/10)	40	2,36	7,349	14,89	136	
Плов с куриными грудками	250	15,32	14,14	35,51	317	
Напиток из замороженных фруктов	200	0,2	0,1	19,82	68,12	
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5	
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	11,88	59,4	
Итого	550	78,5	22,14	22,33	96,86	651,02



Сас

Щербаков О.О.

Толстова А.А.

