

ООО "АБК-Пэймент"
 Меню на 28 января 2023 года
 столовая МБОУ " школа №31"НМР РТ

Наименование продуктов	Выход	стои-сть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
суббота						
Завтрак(старшие)моб.ОВЗ						
Бутерброд с маслом сливочным(30/10)	40		2,33	8,12	15,55	144,6
Омлет натуральный	250		20,26	26,2	3,66	331,62
с маслом сливочным						
Кофейный напиток с молоком	200		3,17	2,68	9,98	60,1
Батон нарезной	60		4,5	1,74	30,84	157,2
Итого	550		22,65	24,12	98,75	656,92
Обед(старшие)моб.ОВЗ						
Фрукты(яблоки)	100		0,4	0,4	9,8	47
Суп картофельный с вермишелью	100		0,4	0,4	9,8	47
Тефтели куриные с рисом паровые	250		2,69	2,84	17,46	118,25
Тефтели куриные с рисом паровые	100		13,71	15,39	9,94	220,29
Каша пшеничная вязкая на воде	180/3		4,82	7,26	29,48	202,49
с маслом сливочным						
Чай с сахаром	200		0,2	0,12	21,45	89
Хлеб пшеничный	20		1,32	0,16	9,84	47
Итого:	853	119	32,78	32,37	128,3	924,03
Всего	1483		55	56	224	1581
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		4,82	7,26	29,48	202,49
с маслом сливочным						
Чай с сахаром	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	78,5	21,77	23,57	98,43	646,38



Сис

О.О.Щербаков

А.А.Толстова

