

ООО "АБК-ПЭЙМЕНТ"

Меню на 24 октября 2022 г
МБОУ "ЛИЦЕЙ № 38" НМР РТ

завтрак младшие

каша молочная геркулесовая с маслом

чай с сахаром

печенье

батон нарезной

итого

обед младшие

рассольник домашний со сметаной

сосиски отварные

каша вязкая гречневая с маслом

сок фруктовый (нектар плодовый)

хлеб белый

хлеб дарницкий

итого

всего

СТАРШИЕ

яблоки

сосиски отварные

каша гречневая вязкая с маслом

чай с сахаром

хлеб белый

хлеб дарницкий

итого

выход	белки	жиры	угл-ды	ккал
200,0	9	9,81	38,59	279,01
200,0	0,7	0,02	10,00	40,00
30,0	2,25	2,94	22,32	125,10
70,0	5,25	2,03	35,98	183,40
500,0	19,2	18,8	87,89	627,51
200/10	1,93	5,57	10,51	107,8
100	10,8	13,84	0,36	236,32
150/3	4,65	3,76	20,91	132,8
200	1		20,2	85,34
20	1,32	0,16	9,84	47
45	2,96	0,54	17,78	88,92
728	22,66	23,88	79,6	698,18
1228	41,86	42,68	167,49	1325,69

100	0,4	0,4	9,8	47
100	10,8	13,84	0,4	236,32
180/5	5,54	9,63	24,7	208
200	0,07	0,02	10,0	40
20	1,32	0,16	9,8	47
20	1,32	0,24	7,9	39,6
625	19,45	24,29	62,6	618

ДИРЕКТОР
ШЕФ-ПОВАР

