

ООО "АБК - Пэймент"
 Меню на 1 февраля 2024 года
 столовая МБОУ "Школа №31" НМР РТ

Наименование продуктов	Выход	стои-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
четверг						
Заврак (младшие)						
Печенье	35		2,1	2,1	9,2	89,5
Каша кукурузная молочная	200		7,95	11,84	19,01	201,46
Чай с сахаром	200		0,07	0,02	8	32
Батон нарезной	65		4,87	1,88	33,41	170,3
Итого	500		14,99	15,84	69,62	493,26
Обед(младшие)						
Щи из св.капусты с картофелем	200		4,54	5,41	28,5	153,9
Тефтели мясные с геркулесом	90		11,56	11,01	7,86	159,59
Картфельное пюре с маслом сливочным	150/3		3,09	6,98	12,48	157,55
Кисель	200		0,6	0,1	20,2	123,6
Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	70,5
Хлеб ржаной	30		1,98	0,36	11,88	59,4
Итого	703	119,71	24,05	24,1	95,68	724,54
Всего	1203		39,04	39,94	165,3	1217,8
Заврак(старшие)						
Печенье	35		2,1	2,1	9,2	89,5
Каша кукурузная молочная	250		10,93	14,8	23,76	251,8
Чай с сахаром	200		0,07	0,02	8	32
Батон нарезной	65		4,87	1,88	33,41	170,3
Итого	550		17,97	18,8	74,37	543,6
Обед(старшие)						
Щи из св.капусты с картофелем	250		5,53	7,59	33,53	164,5
Тефтели мясные с геркулесом	100		12,84	12,23	8,7	177,32
Картфельное пюре	180		3,68	5,76	24,53	164,7
Кисель	200		0,6	0,1	20,2	123,6
Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	70,5
Хлеб ржаной	40		2,64	0,48	15,84	79,2
Итого	800	124,3	27,57	26,4	117,56	779,82
Всего	1350		45,54	45,2	191,93	1323,42
Горячий завтрак(старшие)						
Печенье	20		1,48	1,88	5,42	62,14
Тефтели мясные с геркулесом	100		12,84	12,23	8,7	177,32
Картфельное пюре с маслом сливочным	180/3		3,7	7,94	24,57	184,5
Кисель	200		0,6	0,1	20,2	123,6
Хлеб пшеничный	20		1,52	0,16	22,14	47
Хлеб ржаной	30		1,98	0,36	11,88	59,4
Итого	553	82,2	22,12	22,67	92,91	653,96
Горячий завтрак(младшие)						
Печенье	35		2,1	2,1	9,2	89,5
Тефтели мясные с геркулесом	90		11,56	11,01	7,86	159,59
Картфельное пюре с маслом сливочным	150/3		3,09	6,98	12,48	157,55
Кисель	200		0,6	0,1	20,2	123,6
Хлеб пшеничный	20		1,52	0,16	22,14	47
Хлеб ржаной	20		1,32	0,24	7,92	39,6
Итого	518	80,66	20,19	20,59	79,8	616,84

Директор МБОУ СОШ №31

Шеф повар

Лещ



О.О.Щербаков

А.А.Толстова