

ООО "АБК-Пэймент"

Меню на 28 декабря 2023 года

столовая МБОУ " школа N31"НМР РТ

Наименование продуктов	Выход	Стои-сть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
четверг						
заврак (младшие)						
Печенье	50		3,7	4,7	16,55	203,5
Каша пшениная молочная с маслом сливочным	180/5		9,91	12,46	28,73	201,94
Какао с молоком	200		0,07	0,02	7,85	29,8
Батон нарезной	65		4,87	1,88	33,38	170,13
итого	500		18,55	19,06	86,51	605,37
Обед (младшие)						
Салат из моркови с сахаром	60		0,74	0,06	6,89	49,02
Борщ из свежей капусты с картофелем	250		8,8	7,92	40,95	223,75
Запеканка картофельная с мясом	50/130		13,19	19,59	28,13	340,09
Напиток из шиповника	200		0,66	0,09	20,04	84,8
Хлеб пшеничный	20		1,5	0,16	9,84	47
Хлеб ржаной	20		1,32	0,24	7,92	39,6
Итого	730	115,14	26,23	28,06	113,77	784,26
Всего	1230		44,76	47,12	200,28	1389,63
Завтрак (старшие)						
Печенье	35		2,59	3,29	25,59	142,45
Каша пшениная молочная	250		10,91	13,46	38,73	210,85
Какао с молоком	200		0,07	0,02	7,85	29,8
Батон нарезной	65		4,87	1,88	33,38	170,13
Итого	550		21,44	22,65	105,55	653,23
Обед (старшие)						
Салат из моркови с сахаром	100		1,23	0,1	11,48	81,7
Борщ из свежий капусты с картофелем	250		8,8	7,92	40,93	223,75
Запеканка картофельная с мясом	240		18,46	19,59	33,82	500,57
Напиток из шиповника	200		0,66	0,09	20,04	84,8
Хлеб пшеничный	20		1,5	0,16	9,84	47
Хлеб ржаной	20		1,32	0,24	7,92	39,6
Итого	830	119,5	31,97	31,1	128,03	977,42
Всего	1380		53,41	53,75	233,58	1630,65
Горячий завтрак(старшие)						
Запеканка картофельная с мясом с маслом сливочным	240/10		18,32	27,21	39,1	472,35
Морковь порционно (доп.гарнир)	50		0,65	0,05	3,41	32,47
Напиток из шиповника	200		0,66	0,09	20,04	84,8
Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	70,5
Хлеб ржаной	20		1,32	0,24	7,92	39,6
Итого	550	79	23,23	23,83	95,23	699,72
Горячий завтрак(младшие)						
Запеканка картофельная с мясом	50/130		13,19	19,59	28,15	340,09
Морковь порционно(доп.гарнир)	50		0,65	0,05	3,41	32,47
Напиток из шиповника	200		0,66	0,09	20,04	84,8
Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	70,5
Хлеб ржаной	40		2,64	0,48	15,84	79,2
Итого	500	77,59	19,42	20,45	82,2	607,06

Директор

Шеф повар

О.О.Щербаков

А.А.Толстова