

ООО "АБК - Пэймент"

Меню на 9 сентября 2024 года

столовая МБОУ "Школа №31" НМР РТ

Наименование продуктов	Выход	стои-сть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
понедельник						
Завтрак (младшие)						
Сок фруктовый	125		0,68	0,06	12,63	53
Каша пшеничная молочная	200		8,56	9,8	19,49	174,46
Чай с сахаром и шиповником	200		0,11	0,06	8,97	36,68
Батон нарезной	60		4,5	1,74	30,84	157,2
Итого	500		16,13	15,36	70,14	492,62
Обед (младшие)						
Борщ из свежий капусты с картофелем	200		9,07	13,69	29,03	263,1
Биточки рыбные	90		6,58	8,98	16,21	170,2
Макаронные изделия(рожки)отварные с маслом сливочным	150/3		5,68	2,88	31,96	176,1
Напиток из шиповника	200		0,6	0,1	20,2	123,6
Хлеб пшеничный	20		1,52	0,16	9,84	47
Хлеб ржаной	40		2,64	0,48	15,84	79,2
Итого	753	122,1	26,09	26,29	123,08	859,2
Всего	1303		44,41	45,06	203,04	1418,34
Завтрак (старшие)						
печенье	40		2,96	3,76	10,84	124,28
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	250		10,4	11,9	23,6	211,96
Чай с сахаром и шиповником	200		0,11	0,06	8,97	36,68
Батон нарезной	60		5,22	2,01	33	182,48
Итого	550		21,97	21,96	91,25	690,12
Обед(старшие)						
Сок фруктовый	125		0,68	0,06	12,63	53
Борщ из свежий капусты с картофелем со сметаной	250/5		5,95	13,29	12,1	144,68
Биточки рыбные с молочным соусом	90/20		10,68	13,98	30,95	290,2
Макаронные изделия(рожки)отварные с маслом сливочным	180/3		9,64	7,6	33,35	241,94
Напиток из шиповника	200		1	0	20,2	84,8
Хлеб пшеничный	20		1,52	0,16	9,84	47
Хлеб ржаной	30		1,98	0,36	11,88	59,4
Итого	898	126,8	30,77	33,9	128,12	953,82
Всего	1448		52,74	55,76	219,37	1603,94
Горячий завтрак(старшие)						
Сок фруктовый	125		0,68	0,06	12,63	53
Биточки рыбные с молочным соусом	90/20		10,68	13,98	30,95	290,2
Макаронные изделия(рожки)отварные с маслом сливочным	180/3		9,64	7,6	33,35	241,94
Чай с сахаром и шиповника	200		0,11	0,06	8,97	36,68
Хлеб ржаной	20		1,32	0,24	7,92	39,6
Итого	613	83,8	22,15	22,28	90,99	670,42
Горячий завтрак (младшие)						
Бутерброд с сром и маслом сливочным	50		6,27	7,86	14,83	155
Биточки рыбные	90		6,58	8,98	16,21	170,2
Макаронные изделия(рожки)отварные с маслом сливочным	150/3		5,68	2,88	31,96	176,1
Чай с сахаром и шиповника	200		0,11	0,06	8,97	36,68
Хлеб пшеничный	20		1,52	0,16	9,84	47
Итого	513	80,66	20,2	19,94	81,81	584,98

Директор

Щербаков О.О.

Шеф-повар

Толстова А.А.

Сиз