

ООО "АБК - Пэймент"

Меню на 11 января 2025 года

столовая МБОУ "Лицей №31" имени А.А. Шаповалова" НМР РТ

Наименование продуктов	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Завтрак (старшие)					
Печенье	40	2,96	3,76	10,84	124,28
Каша манная молочная	250	15,53	16,35	41,2	345,2
Чай с сахаром	200	0,07	0,02	8	32
Батон нарезной	60	4,5	1,74	30,84	157,2
Итого	550	23,06	21,87	90,98	658,68
Обед(старшие)					
Суп картофельный	250	7,68	8,33	32,45	223,25
Котлета рубленая из куриной грудки	100	10,77	12,92	16,65	233,11
Пюре гороховое с маслом сливочным	180/3	7,81	9,26	41,95	266,4
Напиток лимонный	200	0,45	0,1	14,03	61,4
Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47
Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	19,8	99
Итого	803	31,53	31,37	134,72	930,16
Всего	1353	54,59	53,24	225,7	1588,84
Горячий завтрак(старшие)					
Котлета рубленая из куриной грудки	100	10,77	12,92	16,65	233,11
Пюре гороховое с маслом сливочным	180/3	7,81	9,26	41,95	266,4
Чай с сахаром	200	0,07	0,02	8	32
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5
Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	15,84	79,2
Итого	553	23,57	22,92	97,2	681,21

Директор МБОУ Лицей №31

Щербаков О.О.

Шеф-повар

Толстова А.А.