

ООО "АБК-Пэймент"
 Меню на 17 января 2025 года
 столовая МБОУ "Лицей №31" имени А.А. Шаповалова" НМР РТ

Наименование продуктов	Выход	стои-сть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
пятница						
Завтрак (младшие)	125		0,63	0	12,63	53
Сок фруктовый (нектар плодовой)	120/30		15,55	18,35	40,33	398,93
Сырники из творога со сгущенным молоком	200		0,07	0,02	8	32
Чай с сахаром	50		3,75	1,45	25,7	131
Батон нарезной	500		19,77	20,22	83,83	608,93
Итого						
Обед (младшие)	200		8,35	7,22	66,83	318,6
Суп картофельный с горохом	50/50		11,65	11,66	3,51	166
Птица тушеная в сметанно-томатном соусе	150/3		3,09	6,98	12,48	157,55
Пюре картофельное с маслом сливочным	200		0,16	0,16	10,91	46,6
Компот из свежих яблок	20		1,52	0,16	9,84	47
Хлеб пшеничный	30		1,98	0,36	11,88	59,4
Хлеб ржаной						
Итого	703		26,75	26,54	115,45	795,15
Всего	1203	126,99	46,52	46,76	199,28	1404,08
Завтрак (старшие)	125		0,63	0	12,63	53
Сок фруктовый (нектар плодовой)	200		19,63	22,18	51,5	502,8
Запеканка из творога с повидлом(170/30)	200		0,07	0,02	8	32
Чай с сахаром	50		3,75	1,45	25,7	131
Батон нарезной	550		23,05	24,05	95	712,8
Итого						
Обед (старшие)	250		5,43	12,52	59,91	378,3
Суп картофельный с горохом	50/50		11,65	11,66	3,51	166
Птица тушеная в сметанно-томатном соусе	180		3,68	5,76	24,53	164,7
Пюре картофельное	200		0,16	0,16	10,91	46,6
Компот из свежих яблок	30		2,28	0,24	14,76	70,5
Хлеб пшеничный	40		2,64	0,48	15,84	79,2
Хлеб ржаной	800	131,9	29,94	30,82	129,46	905,3
Итого	1350		52,99	54,87	224,46	1618,1
Всего						
Горячий завтрак (старшие)	125		0,63	0	12,63	53
Сок фруктовый (нектар плодовой)	200		19,63	22,18	51,5	502,8
Запеканка из творога с повидлом(170/30)	200		0,07	0,02	8	32
Чай с сахаром	20		1,52	0,16	9,84	47
Хлеб пшеничный	30		1,98	0,36	11,88	59,4
Хлеб ржаной						
Итого	550	87,18	23,6	23,12	91,02	688,2
Горячий завтрак(младшие)	125		0,63	0	12,63	53
Сок фруктовый (нектар плодовой)	120/30		15,55	18,35	40,33	398,93
Сырники из творога со сгущенным молоком	200		0,07	0,02	8	32
Чай с сахаром	20		1,52	0,16	9,84	47
Хлеб пшеничный	30		1,98	0,36	11,88	59,4
Хлеб ржаной						
Итого	500	83,89	19,52	19,29	79,85	584,33

Директор Лицей №31

Шеф-повар

Щербаков О.О.

Толстова А.А.