ООО "АБК-Пэймент"

Меню на 17 октября 2024 года

столовая МБОУ " школа N31"НМР РТ

Наименование продуктов	Выход	Стои-сть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
четверг						
завтрак (младшие)						
бутерброд с сыром и маслом сливочным 30/15/5	50		6,27	10,69	28,93	293,1
Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	180/5		4,99	7,4	28,81	206,3
Какао с молоком	200		4,08	3,54	2,61	58,6
Батон нарезной	65		4,87	1,88	33,41	170,3
итого	**500**		**20,21**	**20,68**	**79,66**	**590,2**
Обед (младшие)						
борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной	200/5		8,57	10,69	28,93	293,1
Котлеты "Нежные" из куриных грудок	90		6,6	12,93	13,79	169,8
Каша пшеничная (вязкая) с маслом сливочным	150/5		6,7	4,38	35,99	227
Напиток из урюка	200		0,75	0,06	15,95	68,52
Хлеб ржаной	50		3,3	0,6	19,8	36,64
Итого	**700**	**122,1**	**25,92**	**28,66**	**114,46**	**795,06**
Всего	**1200**		**46,13**	**49,34**	**194,12**	**1385,26**
завтрак (старшие)						
бутерброд с сыром и маслом сливочным 30/15/5	50		6,27	7,86	14,83	155
Каша геркулесовая молочная вязкая	250		9,44	14,1	43,22	301
Какао с молоком	200		4,08	3,54	2,61	58,6
Батон нарезной	50		3,75	1,45	25,7	131
Итого	**550**		**23,54**	**24,04**	**96,36**	**646,6**
Обед (старшие)						
Печенье	20		1,48	1,88	5,42	62,14
борщ из свежей капусты с картофелем	250		9,07	13,69	29,03	263,1
Котлеты "Нежные" из куриных грудок	100		6,83	13,11	21,32	188,66
Каша пшеничная (вязкая) с маслом сливочным	180/3		7,7	5,07	40,59	247
Напиток из урюка	200		0,75	0,06	15,95	68,52
Хлеб пшеничный	20		1,52	0,16	9,84	47
Хлеб ржаной	30		1,98	0,36	11,88	11,88
Итого	**803**	**126,8**	**29,93**	**33,33**	**134,03**	**935,82**
Всего	**1353**		**53,47**	**57,37**	**230,39**	**1582,42**
Горячий завтрак(старшие)						
Печенье	20		1,48	1,88	5,42	62,14
Котлеты "Нежные" из куриных грудок	100		6,83	13,11	21,32	188,66
Каша пшеничная (вязкая) с маслом сливочным	180/3		7,7	5,07	40,59	247
Какао с молоком	200		4,08	3,54	2,61	58,6
Хлеб пшеничный	20		1,52	0,16	9,84	47
Хлеб ржаной	30		1,98	0,36	11,88	59,4
Итого	**553**	**83,8**	**23,59**	**24,12**	**91,66**	**662,8**
Горячий завтрак(младшие)						
Сыр (порц)	10		2,63	2,66	0	34,33
Котлеты "Нежные" из куриных грудок	90		6,6	12,93	13,79	169,8
Каша пшеничная (вязкая) с маслом сливочным	150/5		6,7	4,38	35,99	227
Напиток из урюка	200		0,75	0,06	15,95	68,52
Хлеб пшеничный	20		1,52	0,16	9,84	47
Хлеб ржаной	30		1,98	0,36	11,88	59,4
Итого	**503**	**80,66**	**20,18**	**20,55**	**87,45**	**606,05**

Директор О.О.Щербаков

Шеф повар А.А.Толстова