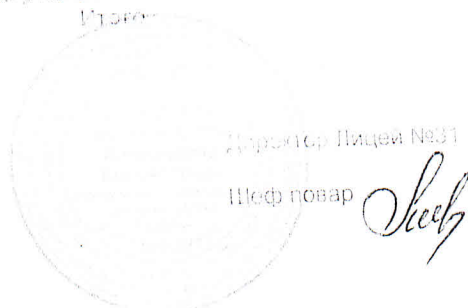


ООО "АБК - Пэймент"
Меню на 19 декабря 2024 года
столовая МБОУ "Лицей №31 имени А.А.Шаповалова" НМР РТ

Наименование продуктов	Выход	стои-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
четверг	40		5,08	4,6	0,28	47
Печенье	200		8,95	12,84	39,01	305,46
Каша кукурузная молочная	200		0,13	0,02	8,2	34,02
Чай с сахаром,с шиповником	60		4,51	2,08	37	158,4
Батон нарезной	500		18,67	19,54	84,49	560,88
Итого						
Обед (младшие)	250		8,04	8	26,5	211,9
Щи из свежей капусты с картофелем	90		11,4	9,91	24,86	179,59
Тефтели мясные с геркулесом	150/3		3,09	6,98	12,48	157,55
Пюре картофельное с маслом сливочным	30		0,42	1,8	2,48	27,84
Сок фруктовый(нектар дольчатый)	200		1	0	20,2	84,8
Сок фруктовый(нектар дольчатый)	20		1,52	0,16	9,84	47
Хлеб пшеничный	40		2,64	0,48	15,84	79,2
Хлеб ржаной	738	122,1	28,11	27,33	112,2	787,88
Итого	1238		46,78	46,87	196,69	1348,76
Всего						
Завтрак (старшие)	100		0,4	0,4	9,8	47
Фрукты(яблоки)	220/5		19,3	21,44	63,88	343,34
Каша кукурузная молочная с маслом сливочным	200		0,13	0,02	8,2	34,02
Чай с сахаром,с шиповником	25		1,87	0,72	12,85	65,5
Батон нарезной	550		21,7	22,58	94,73	450,16
Итого						
Обед(старшие)	250		8,04	8	26,5	211,9
Щи из свежей капусты с картофелем	100		12,84	12,23	28,5	183,5
Тефтели мясные с геркулесом	180/3		6,7	9,04	34,67	335,2
Пюре картофельное с маслом сливочным	30		0,42	1,8	2,48	27,84
Сок фруктовый(нектар дольчатый)	200		1	0	20,2	84,8
Сок фруктовый(нектар дольчатый)	30		2,28	0,24	14,76	70,5
Хлеб пшеничный	40		2,64	0,48	15,84	79,2
Хлеб ржаной	833		33,02	31,79	140,05	992,94
Итого	1383		54,72	54,37	234,78	1443,1
Всего						
Горячий завтрак(старшие)	100		0,4	0,4	9,8	47
Фрукты(яблоки)	100		12,84	12,23	28,5	183,5
Тефтели мясные с геркулесом	180/3		6,7	9,04	34,67	335,2
Пюре картофельное с маслом сливочным	200		0,13	0,02	8,2	34,02
Чай с сахаром,с шиповником	20		1,52	0,16	9,84	47
Хлеб пшеничный						
Итого	603	83,8	21,59	21,85	91,01	646,72
Горячий завтрак(младшие)	20		1,48	1,88	5,42	62,14
Печенье	90		11,4	9,91	24,86	179,59
Тефтели мясные с геркулесом	150/3		3,09	6,98	12,48	157,55
Пюре картофельное с маслом сливочным	200		1	0	20,2	84,8
Сок фруктовый(нектар дольчатый)	20		1,52	0,16	9,84	47
Хлеб пшеничный	25		1,63	0,03	9,9	33
Хлеб ржаной	508	80,66	20,12	18,96	82,7	564,08
Итого						



Щербиков О.О.

Толстова А.А.