

ООО "АБК - Пэймент"
 Меню на 24 октября 2024 года
 столовая МБОУ "Школа №31" НМР РТ

Наименование продуктов	Выход	стои-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
четверг						
Завтрак (младшие)	40		5,08	4,6	0,28	63
Яйцо вареное	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 св.капусты с картофелем	90		11,4	9,91	24,86	179,59
Тестели 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
Свекла отварная (доп гарнир)	30		1	0	20,2	84,8
Сок фруктовый(нектар плодовой)	200		1,52	0,16	9,84	47
Хлеб пшеничный	20		2,64	0,48	15,84	79,2
Хлеб ржаной	40		2,64	0,48	15,84	79,2
Итого	738	122,1	28,11	27,33	112,2	787,88
Всего	1238		46,78	46,87	196,69	1348,76
Завтрак(старшие)	100		0,4	0,4	9,8	47
Фрукты(яблоки)	220/5		19,3	21,44	63,88	343,64
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 св.капусты с картофелем	100		12,84	12,23	28,5	183,5
Тестели мясные с геркулесом	180/3		6,7	9,04	34,67	335,2
Пюре картфельное с маслом сливочным	30		0,42	1,8	2,48	27,84
Свекла отварная (доп гарнир)	30		1	0	20,2	84,8
Сок фруктовый(нектар плодовой)	200		2,28	0,24	14,76	70,5
Хлеб пшеничный	30		2,64	0,48	15,84	79,2
Хлеб ржаной	40		2,64	0,48	15,84	79,2
Итого	833	126,8	33,02	31,79	140,05	992,94
Всего	1383		54,72	54,37	234,78	1443,1
Горячий завтрак(старшие)	100		0,4	0,4	9,8	47
Фрукты(яблоки)	100		12,84	12,23	28,5	183,5
Тестели мясные с геркулесом	180/3		6,7	9,04	34,67	335,2
Пюре картфельное 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	603	83,8	21,59	21,85	91,01	646,72
Итого						
горячий завтрак(младшие)	20		1,48	1,88	5,42	62,14
Печенье	90		11,4	9,91	24,86	179,59
Тестели 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 плодовой)	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						

Директор МБОУ СОШ №31

Шеф повар

О.О.Щербаков

А.А.Толстова