

ООО "АБК - Пэймент"

Меню на 25 сентября 2024 года

столовая МБОУ "Школа №31" НМР РТ

Наименование продуктов	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
пятница					
Завтрак (младшие)	45/5	2,43	0,95	22,6	99,14
Ватрушки с маслом сливочным	200	13,6	17,67	23,55	305,5
Каша пшеничная молочная	187/8/5	0,13	0,02	8,2	34,02
Чай с сахаром и лимоном	50	3,75	1,45	25,7	131
Батон нарезной					
Итого	500	19,91	20,09	80,05	569,66
Обед (младшие)	200	6,15	7,47	9,06	194,6
Суп картофельный с вермишелью	90	11,2	10,95	24,82	229,63
Котлеты Здоровье из куриных грудок	150/3	4,6	7,19	39,56	165,3
Каша гречневая вязкая с маслом сливочным	200	0,7	0,1	22,03	92,9
Напиток из сухофруктов	20	1,52	0,16	9,84	47
Хлеб пшеничный	40	2,64	0,48	15,84	79,2
Хлеб ржаной	703	26,81	26,35	121,15	808,63
Итого	1203	46,72	46,44	201,2	1303,52
Всего	1203	122,1	122,1	201,2	1303,52
Завтрак(старшие)	40	5,08	4,6	0,28	63
Яйцо вареное	250	17	20,83	36,18	381,87
Каша пшеничная молочная вязкая	187/8/5	0,13	0,02	8,2	34,02
Чай с сахаром и лимоном	60	4,5	1,74	30,84	157,2
Батон нарезной					
Итого	550	23,61	24,09	95,5	646,09
Обед(старшие)	20	1,48	1,88	5,42	62,14
Печенье	250	9,68	10,33	29,45	203,25
Суп картофельный с вермишелью	100	11,44	12,17	27,57	245,14
Котлеты Здоровье из куриных грудок	180/3	6,52	10,89	55,67	258,4
Каша гречневая вязкая с маслом сливочным	200	0,7	0,1	22,03	92,9
Напиток из сухофруктов	20	1,52	0,16	9,84	47
Хлеб пшеничный	30	1,98	0,36	11,88	59,4
Хлеб ржаной	803	33,02	33,8	140,06	968,23
Итого	1353	56,63	57,89	235,56	1614,32
Всего	1353	126,8	126,8	235,56	1614,32
Горячий завтрак(старшие)	20	1,48	1,88	5,42	62,14
Печенье	100	11,44	12,17	27,57	245,14
Котлеты Здоровье из куриных грудок	180/3	6,52	10,89	55,67	258,4
Каша гречневая вязкая с маслом сливочным	187/8/5	0,13	0,02	8,2	34,02
Чай с сахаром и лимоном	20	1,52	0,16	9,84	47
Хлеб пшеничный	30	1,98	0,36	11,98	59,4
Хлеб ржаной	533	23,44	23,74	100,45	713,82
Итого	533	83,8	83,8	100,45	713,82
Горячий завтрак(младшие)	90	11,2	10,96	24,82	229,63
Котлеты Здоровье из куриных грудок	150/3	4,6	7,19	20,56	165,3
Каша гречневая вязкая с маслом сливочным	187/8/5	0,13	0,02	8,2	34,02
Чай с сахаром и лимоном	30	2,28	0,24	14,76	70,5
Хлеб пшеничный	30	1,98	0,36	11,88	59,4
Хлеб ржаной	503	20,19	18,76	80,22	558,85
Итого	503	80,66	80,66	80,22	558,85

Директор МБОУ СОШ №31

Щербаков О.О.

Шеф повар

Толстова А.А.