

ООО "АБК - Пэймент"
 Меню на 25 октября 2024 года
 столовая МБОУ "Школа №31" НМР РТ

Наименование продуктов	Выход	стои-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
пятница						
Заврак (младшие)						
Фрукты (яблоки)	100		0,4	0,4	9,8	47
Каша ячневая молочная с маслом сливочным	150/3		10,61	13,83	41,62	331,89
Какао с молоком	200		4,08	3,54	2,61	58,6
Батон нарезной	50		3,75	1,45	25,7	131
Итого	503		18,84	19,22	79,73	568,49
Обед(младшие)						
Рассольник Ленинградский со сметаной	200/5		9,94	10,82	15,56	183,9
Сосиска с томатным соусом, с рисом отварным	50/20/180		12,62	15,31	59,57	426,7
Компот из свежих яблок	200		0,16	0,16	10,91	46,6
Хлеб пшеничный	20		1,52	0,16	9,84	47
Хлеб ржаной	40		2,64	0,48	15,84	79,2
Итого	715	122,1	26,8	26,93	111,72	783,4
Всего	1218		45,72	46,15	191,45	1351,89
Заврак(старшие)						
Бутерброд с повидлом	60		2,37	0,87	34,92	153,6
Каша ячневая молочная с маслом сливочным	240/5		9,72	12,97	29,87	279,69
Какао с молоком	200		4,08	3,54	2,61	58,6
Батон нарезной	50		3,75	1,45	25,7	131
Итого	555		21,93	22,12	93,1	653,89
Обед(старшие)						
Рассольник Ленинградский со сметаной	250/5		7,38	9,48	30,55	216,8
Сосиска с томатным соусом, с рисом отварным	50/20/180		12,62	15,31	59,57	426,7
Морковь свежая порционная (доп.гарнир)	60		0,78	0,06	3,84	19,3
Компот из свежих яблок	200		0,16	0,16	10,91	46,6
Хлеб пшеничный	20		1,52	0,16	9,84	47
Хлеб ржаной	20		1,32	0,24	7,92	39,6
Итого	805	126,8	30,78	31,41	127,63	906,5
Всего	1360		52,71	53,53	220,73	1560,39
Горячий завтрак(старшие)						
Сосиски с томатным соусом, с рисом отварным	50/20/180		12,62	15,31	59,57	426,7
Морковь свежая порционная (доп.гарнир)	60		0,78	0,06	3,84	19,8
Компот из свежих яблок	200		0,16	0,16	10,91	46,6
Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	70,5
Хлеб ржаной	40		2,64	0,48	15,84	79,2
горячий завтрак(младшие)						
Фрукты (Яблоко)	100		0,4	0,4	9,8	47
Сосиска с томатным соусом, с рисом отварным	50/20/180		12,62	15,31	59,57	426,7
Какао с молоком	200		4,08	3,54	2,61	58,6
Хлеб пшеничный	20		1,52	0,16	9,84	47
Итого	570	80,66	18,62	19,41	81,82	579,3

Директор МБОУ СОШ №31

О.О.Щербаков

Шеф повар

А.А.Толстова