

ООО "АБК-Пэймент"
 Меню на 25 декабря 2024 года
 столовая МБОУ "Лицей №31 имени А.А.Шаповалова"

Наименование продукта	Выход	стоимость	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Среды						
завтрак (младшие)						
Бутерброд с повидлом (30/30)	60		2,37	0,87	34,92	153,6
Каша пшеничная молочная	200		13,6	17,67	23,55	305,5
Чай с сахаром и лимоном	18 г/8/5		0,13	0,02	8,2	34,02
Батон нарезной	40		2,99	1,15	20,56	104,8
Итого	300		19,09	19,71	87,23	597,92
Обед (младшие)						
Суп лапша с овощами и говядиной						
Плов из курицы с овощами						
Морковь свежая (морозил. гарнир)	40		0,52	0,04	4,56	17,1
Напиток из плодов шиповника	200		0,6	0,1	20,2	123,6
Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	70,5
Хлеб ржаной	20		1,98	0,36	11,88	59,1
Итого	700	122,1	26,15	26,53	115,63	789,6
Всего	1200		45,24	46,24	202,96	1387,52
Завтрак (старшие)						
Бутерброд с повидлом (30/30)	60		2,37	0,87	34,92	153,6
Каша пшеничная молочная вязкая	250		17	20,83	36,18	381,87
Чай с сахаром и лимоном	18 г/8/5		0,13	0,02	8,2	34,02
Батон нарезной	40		2,99	1,15	20,56	104,8
Итого	550		22,49	22,87	99,86	674,29
Обед (старшие)						
Суп лапша с овощами и говядиной						
Плов из курицы с овощами			6,06	8,03	25,22	123,6
Морковь свежая (морозил. гарнир)	40		18,1	22,45	39,6	439,6
Напиток из плодов шиповника	200		0,6	0,1	20,2	123,6
Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	70,5
Хлеб ржаной	20		1,98	0,36	11,88	59,1
Итого	800	126,8	29,97	31,37	127,34	904,6
Всего	1350		52,46	54,24	227,2	1578,89
горячий завтрак (старшие)						
Батон нарезной с повидлом (30/30)	60		2,37	0,87	34,92	153,6
Плов из курицы с овощами	250		18,1	22,45	39,6	439,6
Чай с сахаром и лимоном	18 г/8/5		0,13	0,02	8,2	34,02
Хлеб пшеничный	30		1,52	0,16	9,84	47
Хлеб ржаной	20		1,32	0,24	7,92	39,6
Итого	550	83,8	23,44	23,74	100,48	713,82
горячий завтрак (младшие)						
Бутерброд с повидлом (30/30)	60		2,37	0,87	34,92	153,6
Плов из курицы с овощами	250		14,42	17,96	26,93	320,1
Чай с сахаром и лимоном	18 г/8/5		0,13	0,02	8,2	34,02
Хлеб пшеничный	30		1,52	0,16	9,84	47
Хлеб ржаной	20		1,32	0,24	7,92	39,6
Итого	500	80,66	19,76	19,25	87,91	604,11

Директор Лицея ММТ

Шеф-повар

О.О. Щербakov

А.А. Толстова