

ООО "АБК-Пэймент"
 Меню на 31 января 2025 года
 столовая МБСУ "Лицей №31 имени А.А.Шаповалова"

Наименование продуктов	Выход	стоимость	Белки	Жиры	Угл-ды	Квал
Пятница						
Завтрак(младшие)						
Фрукты(яблоки)	100		0,4	0,4	9,8	47
Сырники из творога со стущенным молоком	120/30		15,55	18,35	36,06	398,93
Чай с сахаром	200		0,07	0,02	8	32
Батон порезаный	50		3,75	1,45	25,7	141
Итого	500		19,77	20,22	79,56	608,93
Обед(младшие)						
Суп картофельный с горохом	200		4,35	5,22	26,53	218,6
Сосиска в томатном соусе,с кашей гречневой	50/20/180		13,62	17,31	39,57	326,7
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	30		1,98	0,36	11,88	59,4
Итого	710	126,99	22,39	23,29	103,65	721,8
Всего	1210		42,16	43,51	183,21	1330,73
Завтрак(старшие)						
Фрукты(яблоки)	100		0,4	0,4	9,8	47
Запеканка из творога с повидлом (170/30)	200		19,63	22,18	51,5	502,8
Чай с сахаром	200		0,07	0,02	8	32
Батон порезаный	50		3,75	1,45	25,7	141
Итого	550		22,36	22,51	98,51	664,4
Обед(старшие)						
Суп картофельный с горохом	250		5,43	8,52	39,91	273,25
Сосиска в томатном соусе,с кашей гречневой	50/20/180		13,62	17,31	39,57	326,7
Компот из свежих яблок	200		0,16	0,16	10,91	46,6
Хлеб пшеничный	50		3,8	0,39	24,5	117,03
Хлеб ржаной	50		3,3	0,6	19,8	99
Итого	800	131,9	26,31	26,98	120,09	852,58
Всего	1350		48,67	49,49	218,6	1516,98
горячий завтрак(старшие)						
Фрукты(яблоки)	100		0,4	0,4	9,8	47
Запеканка из творога с повидлом (170/30)	200		19,63	22,18	51,5	502,8
Чай с сахаром	200		0,07	0,02	8	32
Хлеб пшеничный	20		1,52	0,16	9,84	47
Хлеб ржаной	30		1,98	0,36	11,88	59,4
Итого	550	87,18	23,6	23,12	91,02	688,2
Горячий завтрак(младшие)						
Фрукты(яблоки)	100		0,4	0,4	9,8	47
Сырники из творога со стущенным молоком	120/30		15,55	18,35	36,03	398,93
Чай с сахаром	200		0,07	0,02	8	32
Хлеб пшеничный	30		2,2	0,24	14,76	70,5
Хлеб ржаной	30		1,98	0,36	11,88	59,4
Итого	510	83,89	20,2	19,37	80,47	607,83

Директор Лицея №31

Щербakov O.O.

Шеф-повар

Голосов А.А.