

ООО "АБК - Пэймент"

Меню на 13 марта 2023 года

Столовая МБОУ "Школа №31" НМР РТ

Наименование продуктов
понеделник

Выход стои-сть Белки Жиры Угл-ды Ккал

горячий завтрак (младшие)

Фрукты (яблоки)

Котлеты "Столичные"мясо-куриные

Каша гречневая рассыпчатая

с маслом сливочным

Чай с сахаром

Хлеб пшеничный

Хлеб ржаной

Итого

100		0,4	0,4	9,8	47
90		10,62	11,55	19,53	208
150/3		4,6	7,19	20,56	165,3
200		0,7	0,02	8	32
30		2,28	0,24	14,76	70,5
20		1,32	0,24	7,92	39,6
593	77,09	19,29	19,64	80,57	562,4

Завтрак (младшие)+моб.ОВЗ

Каша молочная кукурузная

Чай с сахаром

Печенье

Батон нарезной

Итого

200		3,29	4,17	22,01	112,4
200		0,7	0,02	8	32
50		3,7	4,7	36,55	203,5
70		9,25	7,03	35,98	152,4
520		16,31	15,92	72,3	500,3

Обед (младшие)+моб.ОВЗ

Суп картофельный с вермешелью

Котлеты "Столичные"мясо-куриные

Каша гречневая рассыпчатая

с маслом сливочным

Сок фруктовый(нектар плодовой)

Хлеб ржаной

Хлеб пшеничный

Итого

Всего

200		2,15	3,27	13,96	94,6
90		10,62	11,55	19,53	208
150/3		4,6	7,19	20,56	165,3
200		1	0	20,2	84,8
45		2,97	0,54	17,82	89,1
20		1,52	0,16	9,84	47
708	114,64	22,86	22,71	101,91	688,8
1228		39,17	38,63	174,21	1189,1

Завтрак (старшие)моб.ОВЗ

Каша геркулесовая молочная

Чай с сахаром

Печенье

Батон нарезной

Итого

250		8,19	12,94	28,01	245,4
200		0,7	0,02	8	32
30		2,22	2,82	21,93	122,1
70		5,25	2,03	35,98	183,4
550		17,3,6	17,99	80,23	571,1

Обед(старшие)моб.ОВЗ

Фрукты (яблоки)

Суп картофельный с вермешелью

Котлеты "Столичные"мясо-куриные

Каша гречневая рассыпчатая

с маслом сливочным

Сок фруктовый(нектар плодовой)

Хлеб ржаной

Хлеб пшеничный

Итого

Всего

100		0,4	0,4	9,8	47
250		2,639	2,84	17,46	118,25
100		7,36	11,5	9,14	192,02
180/3		10,34	9,49	46,41	312,3
200		1	0	20,2	84,8
30		1,98	0,36	11,88	59,4
30		2,28	0,24	14,76	70,5
893	119	26,05	26,83	119,65	854,27
1430		53	57	225	1606
1443		43,41	44,82	199,88	1425,4

Горячий завтрак(старшие)

Фрукты (яблоки)

Котлеты "Столичные"мясо-куриные

Каша гречневая рассыпчатая

с маслом сливочным

Чай с сахаром

Хлеб пшеничный

Хлеб ржаной

Итого

Итого

100		0,4	0,4	9,8	47
100		17,36	11,5	9,14	192,02
180/3		10,34	9,49	46,41	312,3
200		0,07	0,02	8	32
30		2,28	0,24	14,76	70,5
30		1,98	0,36	11,88	59,4
625	78,5	23,35	23,52	94,38	674,6
643	78,5	23,06	22,19	99,99	713,22



О.О.Щербаков

А.А.Толстова

Столовая МБОУ
«СОШ №31»

ООО "АБК - Пэймент"

Меню на 13 марта 2023 года

Столовая МБОУ "Школа №31" НМР РТ

Наименование продуктов
понеделник

Выход стои-сть Белки Жиры Угл-ды Ккал

горячий завтрак (младшие)

Фрукты (яблоки)

100

0,4

0,4

9,8

47

Котлеты "Столичные"мясо-куриные

90

10,62

11,55

19,53

208

Каша гречневая рассыпчатая

150/3

4,6

7,19

20,56

165,3

с маслом сливочным

Чай с сахаром

200

0,7

0,02

8

32

Хлеб пшеничный

30

2,28

0,24

14,76

70,5

Хлеб ржаной

20

1,32

0,24

7,92

39,6

Итого

593

77,09

19,29

19,64

80,57

562,4

Завтрак (младшие)+моб.ОВЗ

Каша молочная кукурузная

200

3,29

4,17

22,01

112,4

Чай с сахаром

200

0,7

0,02

8

32

Печенье

50

3,7

4,7

36,55

203,5

Батон нарезной

70

9,25

7,03

35,98

152,4

Итого

520

16,31

15,92

72,3

500,3

Обед (младшие)+моб.ОВЗ

Суп картофельный с вермешелью

200

2,15

3,27

13,96

94,6

Котлеты "Столичные"мясо-куриные

90

10,62

11,55

19,53

208

Каша гречневая рассыпчатая

150/3

4,6

7,19

20,56

165,3

с маслом сливочным

Сок фруктовый(нектар плодовой)

200

1

0

20,2

84,8

Хлеб ржаной

45

2,97

0,54

17,82

89,1

Хлеб пшеничный

20

1,52

0,16

9,84

47

Итого

708

114,64

22,86

22,71

101,91

688,8

Всего

1228

39,17

38,63

174,21

1189,1

Завтрак (старшие)моб.ОВЗ

Каша геркулесовая молочная

250

8,19

12,94

28,01

245,4

Чай с сахаром

200

0,7

0,02

8

32

Печенье

30

2,22

2,82

21,93

122,1

Батон нарезной

70

5,25

2,03

35,98

183,4

Итого

550

17,3,6

17,99

80,23

571,1

Обед(старшие)моб.ОВЗ

Фрукты (яблоки)

100

0,4

0,4

9,8

47

Суп картофельный с вермешелью

250

2,639

2,84

17,46

118,25

Котлеты "Столичные"мясо-куриные

100

7,36

11,5

9,14

192,02

Каша гречневая рассыпчатая

180/3

10,34

9,49

46,41

312,3

с маслом сливочным

Сок фруктовый(нектар плодовой)

200

1

0

20,2

84,8

Хлеб ржаной

30

1,98

0,36

11,88

59,4

Хлеб пшеничный

30

2,28

0,24

14,76

70,5

Итого

893

119

26,05

26,83

119,65

854,27

Всего

1430

53

57

225

1606

1443

43,41

44,82

199,88

1425,4

Горячий завтрак(старшие)

Фрукты (яблоки)

100

0,4

0,4

9,8

47

Котлеты "Столичные"мясо-куриные

100

17,36

11,5

9,14

192,02

Каша гречневая рассыпчатая

180/3

10,34

9,49

46,41

312,3

с маслом сливочным

Чай с сахаром

200

0,07

0,02

8

32

Хлеб пшеничный

30

2,28

0,24

14,76

70,5

Хлеб ржаной

30

1,98

0,36

11,88

59,4

Итого

625

78,5

23,35

23,52

94,38

674,6

Итого

643

78,5

23,06

22,19

99,99

713,22



О.О.Щербаков

А.А.Толстова

Столовая МБОУ
«СОШ №31»