

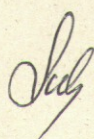
ООО "АБК-Пэймент"
 Меню на 14 декабря 2022 года
 столовая МБОУ "Школа №31" НМР РТ

Наименование продуктов	Выход	стои-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Среда						
горячий завтрак (младшие)						
Плов с куриными грудками	50/150		9,58	13,54	41,38	363,62
Горошек зеленый к/с(доп.гарнир)	30		0,93	0,06	1,95	12
Чай с сахаром	200		0,07	0,02	10	40
Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	71
Хлеб ржаной	40		4,46	0,81	26,73	133,65
Итого	500	68,45	18,32	19,67	84,82	600,28
Дополнительное питание						
Каша пшенная молочная с маслом сливочным	200/5		5,58	6,68	30,43	204,01
Чай с сахаром	200		0,07	0,02	10	40
Батон нарезной	50		3,76	1,74	30,84	132
Итого	455		9,41	8,44	71,27	376,01
Завтрак (младшие)						
Фрукты(яблоки)	100		0,4	0,4	9,8	47
Каша пшенная молочная с маслом сливочным	180/5		7,74	17,05	38,44	248,82
Чай с сахаром	200		0,07	0,02	10	40
Батон нарезной	50		3,76	1,74	30,84	132
Итого	535		18,97	19,21	87,08	567,82
Обед (младшие)						
Суп-лапша домашняя с картофелем	200		2,05	2,22	12,55	87,2
Плов с куриными грудками	50/150		19,58	13,54	41,38	363,62
Зеленый горошек к/с(доп.гарнир)	30		0,93	0,06	1,95	12,01
Кисель	200		0,06	0,06	30,2	123,5
Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	71
Хлеб ржаной	45		2,96	0,54	17,78	88,92
Итого	705	106	27,86	26,66	118,62	788,55
Всего	1240		46,83	45,87	205,7	1356,37
Горячий завтрак (старшие)						
Вафли	20		2,25	2,94	22,32	125,1
Плов с куриными грудками (50/200)	250		20,42	15,69	49,96	419,54
Горошек зеленый к/с (доп.гарнир)	30		0,93	0,06	1,95	12
Чай без сахара	200		0,07	0,02	10	40
Хлеб ржаной	20		1,32	0,24	7,92	36,6
Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	71
Итого	560	78	23,27	22,19	100,01	704,25

Директор

Щербаков О.О.

Шеф повар



Толстова А.А.

