

ООО "АБК-Пэймент"
 Меню на 23 марта 2023 года
 столовая МБОУ "школа №31" НМР РТ

Наименование продуктов	Выход	Стои-сть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
четверг						
Завтрак (младшие)+моб.ОВЗ						
Каша гречневая молочная с маслом сливочным	180/5		9,74	13,06	9,83	204,4
Чай с мармеладом	190/10		0,07	0,02	7,85	29,8
Печенье	50		3,7	4,7	36,55	203,5
Батон нарезной	65		4,87	1,88	33,38	170,13
Итого	500		18,38	19,66	87,61	607,83
Обед (младшие)+моб.ОВЗ						
Борщ из свежий капусты с картофелем со сметаной	200/5		1,57	2,69	18,93	91,1
Запеканка картофельная с мясом	50/130		15,09	19,59	28,15	365,09
Огурцы соленные(доп.гарнир)	50		0,4	0,05	0,85	5
Чай с сахаром и лимоном	187/8/5		0,13	0,02	8,2	34,02
Хлеб пшеничный	20		1,52	0,16	9,84	47
Хлеб ржаной	45		2,97	0,54	17,82	89,1
Итого	700	114,64	22,21	23,12	95,63	682,09
Всего	1200		40,59	42,78	183,24	1289,92
Горячий завтрак(младшие)						
Фрукты(яблоки)	100		0,4	0,4	9,8	47
Запеканка картофельная с мясом	50/130		15,09	19,59	28,15	365
Огурцы соленные(доп.гарнир)	50		0,4	0,05	0,85	5
Чай с сахаром и лимоном	187/8/5		0,13	0,02	8,2	34,02
Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	70,5
Хлеб ржаной	20		1,32	0,24	7,92	39,6
Итого	580	77,09	20,15	20,61	81,52	611,99
Завтрак (старшие)+моб.ОВЗ						
Печенье	30		2,22	2,82	21,93	122,1
Каша гречневая молочная (жидкая)	250		11,3	10,79	43,87	319,25
Чай с мармеладом	190/10		0,07	0,02	7,85	29,2
Батон нарезной	75		5,63	2,18	38,55	196,5
Итого	555		21,57	21,86	100,47	667,05
Обед (старшие)+моб.ОВЗ						
Борщ из свежий капусты с картофелем со сметаной	250/10		2,06	6,42	11,29	119,95
Запеканка картофельная с мясом с маслом сливочным	240/10		17,54	22,85	34	436,57
Огурцы соленные(доп.гарнир)	30		0,24	0,03	0,51	3
Чай с сахаром и лимоном	187/8/5		0,13	0,02	8,2	34,02
Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	70,5
Хлеб ржаной	30		1,98	0,36	11,88	59,4
Итого	800	119	25,76	28,89	112,48	776,22
Всего	1355		47	51	213	1443
Горячий завтрак(старшие)						
Фрукты(яблоки)	100		0,4	0,4	9,8	47
Запеканка картофельная с мясом с маслом сливочным	240/10		17,54	22,85	34	436,57
Огурцы соленные(доп.гарнир)	30		0,24	0,03	0,51	3
Чай с сахаром и лимоном	187/8/5		0,13	0,02	8,2	34,02
Хлеб пшеничный	40		2,28	0,24	14,76	70,5
Хлеб ржаной	30		1,98	0,36	11,88	59,4
Итого	640	78,5	23,1	23,97	90,97	701,27



О.О.Щербиков

А.А.Толстова

Столовая МБОУ
 «СОШ №31»