

ООО «АБК-ПЭЙМЕНТ»

Меню для учащихся

3 февраля 2026

| Завтрак(младшие) | выход | Ст-ть | Белки | Жиры | Углев | Ккал |
|-----------------------------------|-------|-------|-------|-------|-------|--------|
| Булочка сдобная | 50 | | 7,05 | 9,30 | 16,80 | 209,00 |
| Каша геркулесовая молочная вязкая | 200 | | 7,79 | 8,46 | 31,91 | 216,30 |
| Чай с молоком и сахаром | 200 | | 1,52 | 1,35 | 8,92 | 53,07 |
| Батон нарезной | 50 | | 3,75 | 1,45 | 25,70 | 131,00 |
| Итого | 500 | | 20,11 | 20,56 | 83,33 | 609,37 |

| Обед (младшие) | выход | Ст-ть | Белки | Жиры | Углев | Ккал |
|---------------------------------|--------|--------|-------|-------|--------|---------|
| Суп гороховый с гречками | 200/5 | | 8,24 | 9,96 | 23,41 | 160,82 |
| Жаркое из птицы(куриных грудок) | 50/150 | | 14,01 | 15,47 | 52,76 | 437,54 |
| Капуста квашенная (доп.гарнир) | 35 | | 0,59 | 1,75 | 2,94 | 29,99 |
| Напиток из яблок и изюма | 200 | | 0,20 | 0,10 | 19,82 | 68,12 |
| Хлеб ржаной | 60 | | 3,96 | 0,72 | 23,76 | 118,80 |
| Итого | 700 | | 27,00 | 28,00 | 122,69 | 851,27 |
| Всего | 1200 | 139,01 | 47,11 | 48,56 | 206,02 | 1460,64 |

| Горячий завтрак (старшие) | выход | Ст-ть | Белки | Жиры | Углев | Ккал |
|---|-------|-------|-------|-------|-------|--------|
| Жаркое из птицы(куриных грудок) (50/200) | 250 | | 18,16 | 19,18 | 68,20 | 501,92 |
| Капуста квашенная (доп.гарнир) | 60 | | 1,01 | 3,00 | 5,04 | 51,41 |
| Чай с молоком и сахаром | 200 | | 1,52 | 1,35 | 8,92 | 53,07 |
| Хлеб пшеничный | 20 | | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 47,00 |
| Хлеб ржаной | 20 | | 1,32 | 0,24 | 7,92 | 39,60 |
| Итого | 550 | 93,71 | 23,53 | 23,93 | 99,92 | 693,00 |

Директор

Зав.производства

