

# ООО « АБК-ПЭЙМЕНТ»

## Меню для учащихся

4 декабря 2025

Завтрак ( младшие)	выход	Ст-ть	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Бутерброд с сыром и маслом сливочным (30/15/5)	50		6,27	7,86	14,83	155,00
Каша геркулесовая молочная вязкая	185		4,99	7,40	28,81	206,30
Какао с молоком	200		4,08	3,54	2,61	58,60
Батон нарезной	65		4,87	1,88	33,41	170,30
<b>Итого</b>	<b>500</b>		<b>20,21</b>	<b>20,68</b>	<b>79,66</b>	<b>590,20</b>

Обед (младшие)	выход		Белки	Жиры	Углев	Ккал
Щи из св.капусты с картофелем; со сметаной	200/10		7,94	8,91	21,94	245,90
Плов из куриной грудки (50/150)	200		15,42	18,96	49,93	418,50
Морковь свежая(порц)(доп.гарнир)	50		0,88	0,06	3,87	16,50
Напиток из урюка	200		0,75	0,06	15,95	68,52
Хлеб ржаной	50		3,30	0,60	19,80	99,00
<b>Итого</b>	<b>710</b>		<b>28,14</b>	<b>28,58</b>	<b>111,49</b>	<b>848,42</b>
<b>Всего</b>	<b>1210</b>	<b>136,02</b>	<b>48,35</b>	<b>49,26</b>	<b>191,15</b>	<b>1438,62</b>

Горячий завтрак (старшие)	выход	Ст-ть	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Морковь свежая (порц) (доп.гарнир)	50		0,73	0,05	3,87	16,50
Плов из куриной грудки ( 50/200)	250		14,28	19,70	67,41	503,00
Какао с молоком	200		4,08	3,54	2,61	58,60
Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	70,50
Хлеб ржаной	30		1,98	0,36	11,88	59,40
<b>Итого</b>	<b>560</b>	<b>93,31</b>	<b>23,35</b>	<b>23,89</b>	<b>100,53</b>	<b>708,00</b>

Директор

Зав.производства

