

**ООО « АБК-ПЭЙМЕНТ»**

**Меню для учащихся**

**8 декабря 2025**

<b>Завтрак (младшие)</b>	<b>выход</b>	<b>Ст-ть</b>	<b>Белки</b>	<b>Жиры</b>	<b>Углев</b>	<b>Ккал</b>
<b>Бутерброд с сыром и маслом сливочным (30/15/5)</b>	<b>50</b>		<b>6,27</b>	<b>7,86</b>	<b>14,83</b>	<b>155,00</b>
<b>Каша пшеничная молочная</b>	<b>200</b>		<b>10,06</b>	<b>10,86</b>	<b>35,49</b>	<b>280,46</b>
<b>Чай с сахаром, с яблоком</b>	<b>200</b>		<b>0,11</b>	<b>0,06</b>	<b>8,97</b>	<b>36,68</b>
<b>Батон нарезной</b>	<b>50</b>		<b>3,75</b>	<b>1,45</b>	<b>25,70</b>	<b>131,00</b>
<b>Итого:</b>	<b>500</b>		<b>20,19</b>	<b>20,23</b>	<b>84,99</b>	<b>603,14</b>

<b>Обед ( младшие)</b>	<b>выход</b>	<b>Ст-ть</b>	<b>Белки</b>	<b>Жиры</b>	<b>Углев</b>	<b>Ккал</b>
<b>Борщ из свежей капусты с картофелем и со сметаной</b>	<b>200/5</b>		<b>9,07</b>	<b>13,01</b>	<b>16,03</b>	<b>233,10</b>
<b>Котлеты «Нежные» из куриных грудок</b>	<b>90</b>		<b>6,30</b>	<b>9,63</b>	<b>21,79</b>	<b>199,80</b>
<b>Макаронные изделия (рожки) отварные</b>	<b>153</b>		<b>5,68</b>	<b>2,88</b>	<b>31,96</b>	<b>176,10</b>
<b>Напиток из плодов шиповника</b>	<b>200</b>		<b>0,60</b>	<b>0,10</b>	<b>20,20</b>	<b>123,60</b>
<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>20</b>		<b>1,52</b>	<b>0,16</b>	<b>9,84</b>	<b>47,00</b>
<b>Хлеб ржаной</b>	<b>40</b>		<b>2,64</b>	<b>0,48</b>	<b>15,84</b>	<b>79,20</b>
<b>Итого</b>	<b>708</b>		<b>25,81</b>	<b>26,26</b>	<b>115,66</b>	<b>858,80</b>
<b>Всего</b>	<b>1208</b>		<b>136,02</b>	<b>46,00</b>	<b>46,49</b>	<b>200,65</b>
						<b>1461,94</b>

<b>Горячий завтрак (старшие)</b>	<b>выход</b>	<b>Ст-ть</b>	<b>Белки</b>	<b>Жиры</b>	<b>Углев</b>	<b>Ккал</b>
<b>Бутерброд с сыром и маслом сливочным (30/15/5)</b>	<b>50</b>		<b>6,27</b>	<b>7,86</b>	<b>14,83</b>	<b>155,00</b>
<b>Котлеты “Нежные” из куриных грудок</b>	<b>100</b>		<b>7,00</b>	<b>10,70</b>	<b>24,21</b>	<b>221,11</b>
<b>Макаронные изделия (рожки) отварные</b>	<b>183</b>		<b>7,64</b>	<b>5,15</b>	<b>40,45</b>	<b>241,00</b>
<b>Чай с сахаром, с яблоком</b>	<b>200</b>		<b>0,11</b>	<b>0,06</b>	<b>8,97</b>	<b>36,68</b>
<b>Хлеб ржаной</b>	<b>30</b>		<b>1,98</b>	<b>0,36</b>	<b>11,88</b>	<b>59,40</b>
	<b>563</b>		<b>93,31</b>	<b>23,00</b>	<b>24,13</b>	<b>100,34</b>
						<b>713,19</b>

**Директор**

**Зав.производства**

