

ООО « АБК-ПЭЙМЕНТ»

Меню для учащихся

12 января 2026

Завтрак (младшие)	выход	Ст-ть	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Бутерброд с маслом сливочным (30/10)	40		2,36	7,49	14,89	136,00
Каша рисовая молочная	185		9,24	9,16	28,23	218,12
Чай с молоком и сахаром	200		1,52	1,35	8,92	53,07
Батон нарезной	75		5,60	2,16	35,36	195,52
Итого:	500		18,72	20,16	87,40	602,71

Обед (младшие)	выход	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной	200/5	9,07	13,01	16,03	233,10
Сосиски отварные	100	7,29	2,01	5,98	95
Пюре картофельное	183	5,90	10,71	36,09	203,00
Капуста квашеная(доп.гарнир)	50	0,84	2,50	4,20	42,84
Напиток из сухофруктов	200	0,70	0,10	22,03	92,90
Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,00
Хлеб ржаной	45	2,97	0,54	17,82	89,10
Итого	803	28,29	29,03	112,80	802,94
Всего	1303	136,02	47,01	49,19	200,20
					1405,65

Горячий завтрак (старшие)	выход	Ст-ть	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Капуста квашеная (доп.гарнир)	60		1,00	3,00	5,04	51,40
Запеканка картофельная с мясом	250		16,78	18,71	63,55	498
Чай с молоком и сахаром	200		1,52	1,35	8,92	53,07
Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	70,50
Хлеб ржаной	20		1,32	0,24	7,92	39,60
	560	93,31	22,90	23,54	100,19	712,57

Директор

Зав.производства

