

ООО « АБК-ПЭЙМЕНТ»

Меню для учащихся

12 марта 2025

Завтрак (младшие)	выход	Ст-ть	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Фрукты (яблоки)	100		0,40	0,40	9,80	47,00
Сырники из творога со сгущенным молоком	120/30		15,55	18,35	36,06	398,93
Чай с сахаром и лимоном	200		0,13	0,02	8,20	34,02
Батон нарезной	50		3,75	1,45	25,70	131,00
Итого:	500		19,83	20,22	79,76	610,95

Обед(младшие)	выход		Белки	Жиры	Углев	Ккал
Суп картофельный с горохом	200		4,35	5,22	26,53	218,60
Сосиска с томатным соусом, с кашей гречневой	50/20/180		13,62	17,31	39,57	326,70
Напиток из плодов шиповника	200		0,60	0,10	20,20	123,60
Хлеб пшеничный	20		1,52	0,16	9,84	47,00
Хлеб ржаной	30		1,98	0,36	11,88	59,40
Итого	700		22,07	23,15	105,02	735,30
Всего	1200	126,99	41,90	43,37	184,78	1346,25

Горячий завтрак (старшие)	выход	Ст-ть	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Фрукты (яблоки)	100		0,40	0,40	9,80	47,00
Запеканка из творога с повидлом (170/30)	200		19,63	22,18	51,50	502,80
Чай с сахаром и лимоном	187/8/5		0,13	0,02	8,20	34,02
Хлеб пшеничный	20		1,52	0,16	9,84	47,00
Хлеб ржаной	30		1,98	0,36	11,88	59,40
	550	87,18	23,06	23,12	91,22	690,22

Директор

Зав.производства

