

ООО « АБК-ПЭЙМЕНТ»

Меню для учащихся

18 апреля 2025

Завтрак (младшие)	выход	Ст-ть	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Фрукты (яблоки)	100		0,40	0,40	9,80	47,00
Каша ячневая молочная с маслом сливочным	150/3		6,61	9,83	21,12	211,89
Какао с молоком	200		4,08	3,54	2,61	58,60
Батон нарезной	50		3,75	1,45	30,84	132,00
Итого	503		14,84	15,51	64,73	449,49

Обед (младшие)	выход	Ст-ть	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Свекла отварная (дольками)	60		0,84	3,61	4,96	55,68
Суп картофельный с крупой перловой	200		7,15	4,27	18,06	114,60
Гуляш из куриной грудки (50/50)	100		8,64	9,83	13,40	209,39
Рис отварной	150		3,09	4,98	39,48	177,55
Компот из свежих яблок	200		0,16	0,16	10,91	46,60
Хлеб пшеничный	20		1,52	0,16	9,84	47,00
Хлеб ржаной	20		1,32	0,24	7,92	39,60
Итого	750		22,72	23,25	104,57	690,42
Всего	1253	126,99	37,56	38,76	168,94	1139,91

Горячий завтрак (старшие)	выход	Ст-ть	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Гуляш из куриной грудки (50/50)	100		8,64	12,83	13,40	209,39
Рис отварной	180		3,68	5,76	44,53	164,70
Свекла отварная (дольками) (доп.гарнир)	30		0,42	1,8	2,48	27,84
Какао с молоком	200		4,08	3,54	2,61	58,60
Хлеб пшеничный	20		1,52	0,16	9,84	47,00
Хлеб ржаной	20		1,32	0,48	7,92	39,60
Итого	550	87,18	18,66	19,32	80,38	547,13

Директор

Зав.производства

