

ООО « АБК-ПЭЙМЕНТ»

Меню для учащихся

20 января 2026

Завтрак(младшие)	выход	Ст-ть	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Булочка сдобная	50		7,05	9,30	16,80	209,00
Каша геркулесовая молочная вязкая	200		7,79	8,46	31,91	216,30
Чай с молоком и сахаром	200		1,52	1,35	8,92	53,07
Батон нарезной	50		3,75	1,45	25,70	131,00
Итого	500		20,11	20,56	83,33	609,37

Обед (младшие)	выход	Ст-ть	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Суп гороховый с гречками	200/5		8,24	9,96	23,41	160,82
Жаркое из птицы(куриных грудок)	50/150		14,01	15,47	52,76	473,54
Капуста квашенная (доп.гарнир)	35		0,59	1,75	2,94	29,99
Напиток из яблок и изюма	200		0,20	0,10	19,82	68,12
Хлеб ржаной	60		3,96	0,72	23,76	118,80
Итого	700		27,00	28,00	122,69	851,27
Всего	1200	139,01	47,11	48,56	206,02	1460,64

Горячий завтрак (старшие)	выход	Ст-ть	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Жаркое из птицы(куриных грудок) (50/200)	250		18,16	19,18	68,20	501,92
Капуста квашенная (доп.гарнир)	60		1,01	3,00	5,04	51,41
Чай с молоком и сахаром	200		1,52	1,35	8,92	53,07
Хлеб пшеничный	20		1,52	0,16	9,84	47,00
Хлеб ржаной	20		1,32	0,24	7,92	39,60
Итого	550	93,31	23,53	23,93	99,92	693,00

Директор

Зав.производства

