

# ООО « АБК-ПЭЙМЕНТ »

## Меню для учащихся

27 февраля 2025

| Завтрак (младшие)                                    | выход |       | Белки | Жиры  | Углев | Ккал   |
|--|-------|-------|-------|-------|-------|--------|
| Бутерброд с сыром и маслом сливочным ( 30/15/5)      | 50    |       | 6,27  | 7,86  | 14,83 | 155,00 |
| Каша геркулесовая молочная вязкая с маслом сливочным | 180/5 |       | 4,99  | 7,40  | 28,81 | 206,30 |
| Какао с молоком                                      | 200   |       | 4,08  | 3,54  | 2,61  | 58,60  |
| Батон нарезной                                       | 65    |       | 4,87  | 1,88  | 33,41 | 170,30 |
| Итого  | 500   | 80,66 | 20,21 | 20,68 | 79,66 | 590,20 |

| Обед ( младшие)                     | выход  | Ст-ть  | Белки | Жиры  | Углев  | Ккал    |
|-------------------------------------|--------|--------|-------|-------|--------|---------|
| Борщ из свежей капусты с картофелем | 250    |        | 2,80  | 6,92  | 16,93  | 133,75  |
| Овощи тушеные с мясом               | 50/150 |        | 14,05 | 15,97 | 32,80  | 374,45  |
| Напиток из урюка                    | 200    |        | 0,75  | 0,06  | 15,95  | 68,52   |
| Хлеб пшеничный                      | 30     |        | 2,28  | 0,24  | 14,76  | 70,50   |
| Хлеб ржаной                         | 40     |        | 2,64  | 0,48  | 15,84  | 79,20   |
| Итого                               | 720    |        | 22,52 | 23,67 | 96,28  | 726,42  |
| Всего                               | 1220   | 126,99 | 42,73 | 44,35 | 175,94 | 1316,62 |

| Горячий завтрак ( старшие)     | выход |       | Белки | Жиры  | Углев  | Ккал   |
|--------------------------------|-------|-------|-------|-------|--------|--------|
| Салат из квашенной капусты     | 100   |       | 1,70  | 4,80  | 8,46   | 85,70  |
| Овощи тушеные с мясом (50/200) | 250   |       | 18,80 | 13,11 | 56,00  | 507,50 |
| Напиток из урюка               | 200   |       | 0,75  | 3,54  | 15,95  | 68,52  |
| Хлеб пшеничный                 | 20    |       | 1,52  | 0,16  | 9,84   | 47,00  |
| Хлеб ржаной                    | 20    |       | 1,32  | 0,36  | 7,92   | 39,60  |
| Итого                          | 590   | 87,18 | 23,60 | 24,12 | 100,47 | 708,35 |

Директор

Зав.производства

