

# ООО «АБК-ПЭЙМЕНТ»

## Меню для учащихся

5 апреля 2024

| 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                           | 200    |       | 0,07  | 0,02  | 8,00  | 32,00  |
| Батон нарезной                          | 50     |       | 3,75  | 1,45  | 25,70 | 131,00 |
| Итого:                                  | 500    |       | 19,77 | 20,22 | 79,56 | 608,93 |

| Обед ( младшие)                         | выход | Ст-ть  | Белки | Жиры  | Углев  | Ккал    |
|---|-------|--------|-------|-------|--------|---------|
| Суп картофельный с горохом              | 200   |        | 4,35  | 5,22  | 26,53  | 218,60  |
| Птица тушеная в сметанно-томатном соусе | 50/50 |        | 11,65 | 11,66 | 3,51   | 166,00  |
| Каша гречневая вязкая                   | 150   |        | 3,08  | 5,01  | 28,52  | 145,50  |
| Компот из свежих яблок                  | 200   |        | 0,16  | 0,16  | 10,91  | 46,60   |
| Хлеб пшеничный                          | 30    |        | 2,28  | 0,24  | 14,76  | 70,50   |
| Хлеб ржаной                             | 30    |        | 1,98  | 0,36  | 11,88  | 59,40   |
| Итого                                   | 710   |        | 23,50 | 22,65 | 96,11  | 706,60  |
| Всего                                   | 1210  | 119,71 | 43,27 | 42,87 | 175,67 | 1315,53 |

| 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                            | 200   |       | 0,07  | 0,02  | 8,00  | 32,00  |
| Хлеб пшеничный                           | 20    |       | 1,52  | 0,16  | 9,84  | 47,00  |
| Хлеб ржаной                              | 30    |       | 1,98  | 0,36  | 11,88 | 59,40  |
| Итого                                    | 550   | 82,20 | 23,60 | 23,12 | 91,02 | 688,20 |

Директор

Зав. Производства

