

## ООО «АБК – ПЭЙМЕНТ»

### Меню для учащихся

•13 октября 2023

Завтрак МЛАДШИЕ	выход	Ст-ть	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Фрукты ( яблоки)	100		0,40	0,40	9,80	47,00
Сырники из творога с повидлом	120/30		15,40	15,31	36,67	378,2
Какао с молоком	200		0,08	4,54	10,61	38,60
Батон нарезной	50		3,76	1,74	30,84	132,00
<b>Итого:</b>	<b>500</b>		<b>19,74</b>	<b>20,16</b>	<b>87,92</b>	<b>595,80</b>

Обед МЛАДШИЕ	выход	Ст-ть	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Свекла отварная ( дольками)	60		0,9	0,02	5,27	24,77
Суп картофельный с вермишелью	200		8,15	9,27	43,96	254,60
Плов из куриной грудки ( 50/150)	200		14,42	18,43	40,93	370,50
Компот из свежих яблок	200		0,16	0,16	10,91	46,60
Хлеб пшеничный	20		1,50	0,16	9,84	47,00
Хлеб дарницкий	20		1,32	0,24	7,92	39,60
<b>Всего</b>	<b>700</b>		<b>26,45</b>	<b>28,28</b>	<b>118,83</b>	<b>783,07</b>
<b>Итого</b>	<b>1200</b>		<b>115,14</b>	<b>46,19</b>	<b>48,44</b>	<b>206,75</b>
						<b>1378,87</b>

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		19,53	18,18	48,50	352,80
Какао с молоком	200		0,08	4,54	10,61	38,60
Хлеб пшеничный	25		1,87	0,20	12,30	58,75
Хлеб ржаной	25		1,65	0,30	9,90	49,50
	<b>550</b>		<b>79,00</b>	<b>23,53</b>	<b>23,62</b>	<b>91,11</b>
						<b>706,65</b>

Директор

Зав.производства

