

# 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
Итого:	500		19,74	20,16	87,92	595,80

Обед МЛАДШИЕ	выход		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
Всего	700		26,45	28,28	118,83	783,07
Итого	1200	115,14	46,19	48,44	206,75	1378,87

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
	550	79,00	23,53	23,62	91,11	706,65

Директор

Зав.производства

