

ООО «АБК –ПЭЙМЕНТ»

Меню для учащихся

19 октября 2023

Завтрак МЛАДШИЕ	выход	Ст-ть	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Печенье	50		3,70	4,70	16,55	203,50
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	180/5		9,91	12,46	28,73	201,94
Какао с молоком	200		0,07	0,02	7,85	29,80
Батон нарезной	65		4,87	1,88	33,38	170,13
Итого:	500		18,55	19,06	86,51	605,37

Обед МЛАДШИЕ	выход		Белки	Жиры	Углев	Ккал
Салат из моркови с сахаром	60		0,74	0,06	6,89	49,02
Борщ из свежей капусты с картофелем	250		8,80	7,92	40,93	223,75
Запеканка картофельная с мясом	50/130		13,19	19,59	28,15	340,09
Напиток из шиповника	200		0,66	0,09	20,04	84,80
Хлеб пшеничный	20		1,50	0,16	9,84	47,00
Хлеб дарницкий	20		1,32	0,24	7,92	39,60
Всего	730		26,21	28,06	113,77	784,26
Итого	1230	115,14	44,76	47,12	200,28	1389,63

Завтрак старшие	выход	Ст-ть	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Запеканка картофельная с мясом с маслом сливочным	240/10		18,32	27,21	39,10	472,35
Морковь порционно (доп.гарнир)	50		0,65	0,05	3,41	32,47
Напиток из шиповника	200		0,66	0,09	20,04	84,80
Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	70,50
Хлеб ржаной	20		1,32	0,24	7,92	39,60
	550	79,00	23,23	23,83	95,23	699,72

Директор

Зав.производа

