

ООО « АБК-ПЭЙМЕНТ»

Меню для учащихся

20 марта 2025

Завтрак (младшие)	выход	Ст-ть	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Крекер	30		2,70	5,40	14,20	135,00
Каша кукурузная молочная	200		10,95	11,84	22,01	211,46
Чай с сахаром	200		0,07	0,02	8,00	32,00
Батон нарезной	70		4,87	11,88	33,41	170,30
Итого:	500		18,96	19,28	80,19	561,86

Обед (младшие)	выход		Белки	Жиры	Углев	Ккал
Щи из св.капусты с картофелем	250		5,53	8,59	28,53	174,50
Тефтели мясные с геркулесом	90		8,86	10,56	6,76	109,59
Макаронные изделия (рожки) отварные с маслом сливочным	150/3		5,68	2,88	31,96	176,10
Напиток из плодов шиповника	200		0,60	0,10	20,20	123,60
Хлеб пшеничный	20		1,52	0,16	9,84	47,00
Хлеб ржаной	20		1,32	0,24	7,92	39,60
Итого	733		23,51	22,53	105,21	670,39
Всего	1238		126,99	42,47	41,81	185,40
						1232,25

Горячий завтрак (старшие)	выход	Ст-ть	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Крекер	20		1,80	3,60	9,47	90,00
Тефтели мясные с геркулесом	100		12,84	12,23	28,50	177,32
Макаронные изделия (рожки) отварные с маслом сливочным	180/3		9,64	7,60	33,35	241,94
Напиток из плодов шиповника	200		0,60	0,10	20,20	123,60
Хлеб пшеничный	20		1,52	0,16	9,84	47,00
Хлеб ржаной	30		1,98	0,36	11,88	59,40
Итого	563		87,18	23,45	23,16	95,25
						685,96

Директор

Зав.производства

