

## ООО"АБК-ПЭЙМЕНТ"

Меню на 07.05.26 год

Средняя общеобразовательная школа №9

Завтрак (младшие)	стои-ть	выход	белки	жиры	угл-ды	ккал.
Бутерброд с сыром и маслом сливочным (30/15/5)		50	6,27	7,86	14,83	155,00
Каша геркулесовая молочная вязкая		185	4,99	7,40	28,81	206,30
Какао с молоком		200	4,08	3,54	2,61	58,60
Батон нарезной		65	4,87	1,88	33,41	170,30
<b>Итого</b>		<b>500</b>	<b>20,21</b>	<b>20,68</b>	<b>79,66</b>	<b>590,20</b>
<b>Обед (младшие)</b>						
Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной		210	6,94	7,90	22,94	228,90
Плов из куриной грудки (50/150)		200	15,42	18,96	49,93	418,50
Свекла отварная (доп.гарнир)		40	0,56	0,45	3,31	37,12
Напиток из урюка		200	0,75	1,00	15,95	68,52
Хлеб ржаной		50	3,30	0,60	19,80	99,00
<b>Итого:</b>		<b>700</b>	<b>26,97</b>	<b>28,91</b>	<b>111,93</b>	<b>852,04</b>
<b>Всего:</b>	<b>139,01</b>	<b>1200</b>	<b>47,18</b>	<b>49,59</b>	<b>191,59</b>	<b>1442,24</b>
<b>Горячий завтрак (младшие)</b>						
Свекла отварная (доп.гарнир)		60	0,84	0,68	4,27	42,68
Плов из куриной грудки (50/150)		200	15,42	18,96	49,93	418,50
Напиток из урюка		200	0,75	0,06	15,95	68,52
Хлеб пшеничный		20	1,52	0,16	9,84	47,00
Хлеб ржаной		20	1,32	0,24	7,92	39,60
<b>Итого</b>	<b>92,89</b>	<b>500</b>	<b>19,85</b>	<b>20,10</b>	<b>87,91</b>	<b>616,30</b>
<b>Горячий завтрак (старшие)</b>						
Свекла отварная (доп.гарнир)		40	0,56	0,45	3,31	37,12
Плов из куриной грудки (50/200)		250	14,28	19,70	60,41	488,00
Какао с молоком		200	4,08	3,54	2,61	58,60
Хлеб пшеничный		30	2,28	0,24	14,76	70,50
Хлеб ржаной		30	1,98	0,36	11,88	59,40
<b>Итого</b>	<b>93,71</b>	<b>550</b>	<b>23,18</b>	<b>24,29</b>	<b>92,97</b>	<b>713,62</b>
<b>Дополнительное питание (старшие)</b>						
Каша геркулесовая молочная (вязкая)		205	9,21	13,40	41,21	286,03
Напиток из урюка		200	0,75	0,06	15,95	68,52
Батон нарезной		40	3,00	1,16	20,56	104,80
<b>Итого</b>		<b>445</b>	<b>12,96</b>	<b>14,62</b>	<b>77,72</b>	<b>459,35</b>
<b>Всего:</b>	<b>141,56</b>	<b>995</b>	<b>36,14</b>	<b>38,91</b>	<b>170,69</b>	<b>1172,97</b>

Директор школы №9

Шеф-повар



Мухаметзянова А.И.

Зайнутдинова С.В.