

ООО "АБК-Пэймент"

6 марта 2026

столовая МБОУ "СОШ №10" НМР РТ

2 неделя пятница

Наименование блюд	Выход	Белки,г	Жиры,г	Угл-ды,г	ЭЦ,ккал	
Дополнительное питание (старшие)						
Каша ячневая молочная	203	9,72	12,97	29,87	279,69	
Какао с молоком	200	4,08	3,54	2,61	58,6	
Батон	40	3	1,16	20,56	104,8	
	443	16,8	17,67	53,04	443,09	
Горячий завтрак (старшие)						
Фрукты(яблоко)	100	0,4	0,4	9,8	47	
Шницель куриный в томатном соусе	75/25	10,09	9,24	12,14	205,63	
Рис отварной	180	9,38	13,4	45,76	305,6	
Компот из свежих яблок	200	0,16	0,16	10,91	46,6	
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5	
	610	141,56	22,31	23,44	93,37	675,33
Двухразовое меню (младшие)						
Завтрак						
Фрукт(яблоко)	100	0,4	0,4	9,8	47	
Каша ячневая молочная	153	10,61	13,83	41,62	331,89	
Какао с молоком	200	4,08	3,54	2,61	58,6	
Батон нарезной	50	3,75	1,45	25,7	131	
Итого:	503	18,84	18,82	79,73	568,49	
Обед						
Рассольник Ленинградский со сметаной	200/5	9,94	10,82	15,56	203,9	
Шницель куриный в томатном соусе	75/25	10,09	9,24	12,14	205,63	
Рис отварной	150	3,32	7	52,2	203	
Компот из свежих яблок	200	0,16	0,16	10,91	46,6	
Хлеб Дарницкий/Пшеничный	20/40	1,52/2,64	0,16/0,48	9,84/15,84	47/79,2	
Итого:	715	139,01	27,67	27,86	116,49	785,33
Горячий завтрак (младшие)						
Фрукт(яблоко)	100	0,4	0,4	9,8	47	
Шницель куриный в томатном соусе	75/25	10,09	9,24	12,14	205,63	
Рис отварной	150	3,32	7	52,2	203	
Какао с молоком	200	4,08	3,54	2,61	58,6	
Хлеб Пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47	
Итого:	570	92,89	19,41	20,34	86,59	561,23
Горячий завтрак(старшие)						
Фрукты(яблоко)	100	0,4	0,4	9,8	47	
Шницель куриный в томатном соусе	75/25	10,09	9,24	12,14	205,63	
Рис отварной	180	9,38	13,4	45,76	305,6	
Компот из свежих яблок	200	0,16	0,16	10,91	46,6	
Хлеб Пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5	
Итого:	610	93,71	22,31	23,44	93,37	675,33

Директор

А. И. Бликин

Шеф повар

Г. Р. Муллахметова