


**ООО "АБК-Пэймент"**  
**Меню на 12 мая 2026 года**  
**столовая МБОУ "СОШ №10" НМР РТ**

2 неделя вторник

Наименование блюд	Выход	Белки,г	Жиры,г	Угл-ды,г	ЭЦ,ккал	
<b>Дополнительное меню(старшие)</b>						
Каша геркулесовая молочная вязкая	205	9,21	13,4	41,21	286,03	
Напиток из изюма и яблок	200	0,2	0,1	19,82	68,12	
Батон	40	3	1,16	20,56	104,8	
	<b>445</b>	<b>12,41</b>	<b>14,66</b>	<b>81,59</b>	<b>458,95</b>	
<b>Горячий завтрак(старшие)</b>						
Жаркое из птицы (кур.грудок) (50/200)	250	18,16	19,18	68,2	501,92	
Икра кабачковая (доп. гарнир)	60	0,6	3,2	4,2	38,15	
Чай с сахаром и молоком	200	1,52	1,35	8,92	53,07	
Хлеб Пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47	
Хлеб Дарницкий	20	1,32	0,24	7,92	39,6	
	<b>550</b>	<b>141,56</b>	<b>23,12</b>	<b>24,13</b>	<b>99,08</b>	<b>679,74</b>
<b>Меню двухразовое (младшие)</b>						
<b>Завтрак</b>						
Булочка сдобная	50	7,05	9,3	16,8	209	
Каша геркулесовая молочная вязкая	200	7,79	8,46	31,91	216,3	
Чай с сахаром и молоком	200	1,52	1,35	8,92	53,07	
Батон нарезной	50	3,76	1,74	25,7	131	
<b>Итого:</b>	<b>500</b>	<b>20,11</b>	<b>20,56</b>	<b>83,33</b>	<b>609,37</b>	
<b>Обед</b>						
Суп гороховый с гренками	200/5	8,24	9,96	23,41	160,82	
Жаркое из птицы (кур.грудок)	50/150	14,01	15,47	52,76	473,54	
Икра кабачковая (доп. гарнир)	35	0,35	2,45	2,45	22,25	
Напиток из яблок и изюма	200	0,2	0,1	19,82	68,12	
Хлеб Дарницкий	60	3,96	0,72	23,76	118,8	
<b>Итого:</b>	<b>700</b>	<b>139,01</b>	<b>26,76</b>	<b>28,7</b>	<b>122,2</b>	<b>843,53</b>
<b>Горячий завтрак (младшие)</b>						
Жаркое из птицы (кур.грудок)	50/150	14,01	15,47	52,76	403,54	
Икра кабачковая	60	0,6	3,2	4,2	38,15	
Чай с сахаром ,с молоком	200	1,52	1,35	8,92	53,07	
Хлеб Пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47	
Хлеб Дарницкий	20	1,32	0,24	7,92	39,6	
<b>Итого:</b>	<b>500</b>	<b>92,89</b>	<b>18,97</b>	<b>20,42</b>	<b>83,64</b>	<b>581,36</b>
<b>Горячий завтрак(старшие)</b>						
Жаркое из птицы (кур.грудок) (50/200)	250	18,16	19,18	68,2	501,92	
Икра кабачковая	60	0,6	3,2	4,2	38,15	
Чай с сахаром ,с молоком	200	1,52	1,35	8,92	53,07	
Хлеб Пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47	
Хлеб Дарницкий	20	1,32	0,24	7,92	39,6	
<b>Итого:</b>	<b>550</b>	<b>93,71</b>	<b>23,12</b>	<b>24,13</b>	<b>99,08</b>	<b>679,74</b>

Директор




А. И. Бликин.

Шеф повар



Г. Р. Муллахметова