

ООО "АБК-Пэймент"

Меню на 19 марта 2026 года

2 неделя среда

Наименование блюд	Выход	Белки,г	Жиры,г	Угл-ды,г	ЭЦ,ккал
Горячий завтрак					
Свекла(доп.гарнир)	50	0,7	3	4,13	46,4
Биточки рыбные из минтая с молочным соус.	75/25	7,38	8,98	22,95	190,2
Пюре картофельное	200	7,9	14,47	47,9	324
Чай с сахаром, с шиповником	200	0,13	0,02	8,2	34,02
Хлеб пшеничный	15	1,14	0,12	7,38	35,25
Хлеб дарницкий	20	1,32	0,24	7,92	39,6
	585	21,57	21,9	93,12	669,47
Дополнительное питание					
Омлет натуральный	50	4,7	8,27	0,14	31,5
Каша кукурузная молочная	185	8,32	9,54	31,56	284
Сок фруктовый	200	1	0	20,2	84,8
Батон	40	3	1,16	20,56	104,8
	475	141,56	17,02	18,97	72,46
				72,46	505,1

Духразовое меню (младшие)

Завтрак					
Печенье	20	1,48	1,88	5,42	62,14
Омлет натуральный	50	4,7	8,27	0,14	31,5
Каша кукурузная молочная	155	6,94	7,95	30,5	236,73
Чай с сахаром,с шиповником	200	0,13	0,02	8,2	34,02
Батон нарезной	75	5,6	2,16	35,36	195,52
	500	18,85	20,28	79,62	559,91

Обед

Щи из св.капусты с картофелем	250	8,04	8	26,5	211,9
Биточки рыбные из минтая с молочным соус.	75/25	7,38	8,98	22,95	190,2
Пюре картофельное	180	5,7	8,3	14,9	189
Свекла отварная (доп.гарнир)	30	0,42	1,8	2,48	27,84
Сок фруктовый	200	1	0	20,2	84,8
Хлеб Пшеничный/Дарницкий	20/40	1,52/2,64	0,16/0,24	9,84/15,84	47/79,2
Итого:	820	139,01	26,7	27,72	112,71
					829,94

Горячий завтрак (младшие)

Печенье	20	1,48	1,88	5,42	62,14
Биточки рыбные из минтая с молочным соус.	75/25	7,38	8,98	22,95	190,2
Пюре картофельное	180	5,7	8,3	14,9	189
Сок фруктовый	200	1	0	20,2	84,8
Хлеб Пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47
Хлеб Дарницкий	20	1,32	0,24	7,92	39,6
Итого:	540	92,89	18,4	19,56	81,23
					612,74

Горячий завтрак(старшие)

Свекла отварная (доп.гарнир)	50	0,7	3	4,13	46,4
Биточки рыбные из минтая с молочным соус.	75/25	7,38	8,98	22,95	190,2
Пюре картофельное	200	7,9	14,47	47,9	324
Чай с сахаром,с шиповником	200	0,13	0,02	8,2	34,02
Хлеб Пшеничный	15	1,14	0,12	7,38	35,25
Хлеб Дарницкий	20	1,32	0,24	7,92	39,6
Итого:	585	21,57	21,9	93,12	669,47

Итого: 585 93,71 21,57 21,9 93,12 669,47

Директор
Шеф повар

А.И.Бликин
Г.Р.Муллахметова

