

ООО "АБК-Пэймент"

Меню на 27 февраля 2026 года

столовая МБОУ "СОШ №10" НМР РТ

1 неделя Пятница

Наименование блюд

Горячий завтрак (старшие)

Завтрак

Наименование блюд	Выход	Стоимость	Белки,г	Жиры,г	Угл-ды,г	ЭЦ,ккал
Яблоко	100		0,4	0,4	9,8	47
Запеканка из творога с повидлом	200		18,63	22,18	55,5	502,8
Чай с сахаром	200		0,07	0,02	8	32
Хлеб Пшеничный	20		1,52	0,16	9,84	47
Хлеб Дарницкий	30		1,98	0,36	11,88	59,4
Итого:	550		22,6	23,12	95,02	688,2

Дополнительное питание(старшие)

Суп картофельный с горохом	250		10,43	8,02	52,53	328,25
Компот из свежих яблок	200		0,16	0,16	10,91	46,6
Хлеб Пшеничный	40		3,04	0,32	19,68	94
Итого:	490	141,56	13,63	8,5	83,12	468,85

Двухразовое меню (младшие)

Завтрак

Яблоко	120		0,48	0,48	15,86	50
Сырники из творога со сгущ.молоком	120/30		15,55	18,35	40,33	398,93
Чай с сахаром	200		0,07	0,02	8	32
Батон	30		2,25	0,87	15,42	78,6
Итого:	500		18,35	19,72	79,61	559,53

Обед

Суп картофельный с горохом	250		10,43	8,02	52,53	328,25
Овощи тушёные с мясом	200		12,36	18,01	37,88	361,45
Компот из свежих яблок	200		0,16	0,16	10,91	46,6
Хлеб пшеничный/дарницкий	20/30		1,52/1,98	0,16/0,36	9,84/11,88	47/59,4
Итого:	700	139,01	26,45	26,71	123,04	842,7

Горячий завтрак (младшие)

Яблоко	120		0,48	0,48	15,86	50
Сырники из творога со сгущ.молоком	120/30		15,55	18,35	40,33	398,93
Чай с сахаром	200		0,07	0,02	8	32
Хлеб пшеничный/дарницкий	20/20		1,52/1,32	0,16/0,24	9,84/7,92	47/39,6
Итого:	510	92,89	18,94	19,25	81,95	567,53

Горячий завтрак(старшие)

Яблоко	100		0,4	0,4	9,8	47
Запеканка из творога с повидлом (170/30)	200		18,63	22,18	55,5	502,8
Чай с сахаром	200		0,07	0,02	8	32
Хлеб Белый	20		1,52	0,16	9,84	47
Хлеб Дарницкий	30		1,98	0,36	11,88	59,4
Итого:	550	93,71	22,6	23,12	95,02	688,2

Директор

А.И.Бликин

Шеф повар

Г. Р. Муллахметова

