

**8 февраля 2024**  
**столовая МБОУ "Лицей №14" НМР РТ**

Наименование блюд	Выход	Белки,г	Жиры,г	Угл-ды, ЭЦ,ккал		
<b>Четверг</b>						
<b>Завтрак(младшие)</b>						
Бутерброд с сыром с маслом сливочным	50	6,27	7,86	14,83	155	
Каша геркулесовая молочная вязкая с маслом слив	180/5	4,99	7,4	28,81	206,3	
Какао с молоком	200	0,07	0,02	7,85	29,8	
Батон нарезной	65	4,87	1,88	33,38	170,13	
<b>Итого:</b>	<b>500</b>	<b>20,21</b>	<b>20,68</b>	<b>79,66</b>	<b>590,2</b>	
<b>Обед(младшие)</b>						
Борщ из свежей капусты с картофелем	250	2,8	6,92	16,93	133,75	
Манты с маслом сливочным	150/5	12,76	14,69	22,6	329,64	
Салат из капусты квашеной	60	2,52	1,98	5,08	51,42	
Напиток из сухофруктов	200	0,7	0,1	20,03	92,9	
Хлеб белый	20	1,5	0,16	22,14	47	
Хлеб дарницкии	30	1,98	0,36	11,88	59,4	
<b>Итого:</b>	<b>700</b>	<b>119,71</b>	<b>22,28</b>	<b>24,21</b>	<b>98,66</b>	<b>714,11</b>
<b>Всего</b>	<b>1200</b>	<b>40,92</b>	<b>43,79</b>	<b>179,09</b>	<b>1304,7</b>	
<b>Горячие завтрак (младшие)</b>						
Манты с маслом сливочным	150/5	12,76	14,69	22,6	329,64	
Салат из капусты квашеной	100	1,7	4,8	8,46	85,7	
Напиток из сухофруктов	200	0,7	0,1	20,03	92,9	
Хлеб белый	20	1,52	0,16	22,14	47	
Хлеб дарницкии	30	1,98	0,36	11,88	59,4	
<b>Итого:</b>	<b>505</b>	<b>80,66</b>	<b>18,66</b>	<b>20,11</b>	<b>85,11</b>	<b>614,64</b>
<b>Горячие завтрак(старшие)</b>						
Салат из капусты квашеной	100	1,7	4,8	8,46	85,7	
Тефтели куриные с овощами	90/20	9,58	6,88	3,21	145,23	
Гороховое пюре с маслом сливочным	180/3	7,81	9,26	41,95	266,4	
Напиток из сухофруктов	200	0,7	0,1	20,03	92,9	
Хлеб дарницкии	20	1,32	0,24	7,92	39,6	
<b>Итого:</b>	<b>613</b>	<b>82,2</b>	<b>21,41</b>	<b>21,88</b>	<b>93,57</b>	<b>649,83</b>
<b>Завтрак (старшие)</b>						
Пряники	35	2,1	2,1	9,2	89,5	
Каша геркулесовая молочная вязкая	250	10,74	14,1	28,22	270	
Чай с сахаром с яблоком	200	0,11	0,06	8,97	36,68	
Батон нарезной	65	4,87	1,88	33,38	170,13	
<b>Итого:</b>	<b>550</b>	<b>17,82</b>	<b>18,14</b>	<b>79,8</b>	<b>566,48</b>	
<b>Обед (старшие)</b>						
Салат из моркови припущенной с яблоком	100	1,06	0,17	8,52	39,9	
Борщ из свежей капусты с картофелем	250	4,8	9,92	16,93	143,75	
Тефтели куриные с овощами	90/20	9,58	6,88	3,21	145,23	
Гороховое пюре с маслом сливочным	180/3	7,81	9,26	41,95	266,4	
Напиток из сухофруктов	200	0,75	0,06	15,95	68,52	
Хлеб белый	30	2,28	0,24	14,76	70,5	
<b>Итого:</b>	<b>873</b>	<b>124,3</b>	<b>26,23</b>	<b>26,57</b>	<b>109,4</b>	<b>778,68</b>
<b>Всего</b>	<b>1423</b>	<b>44,05</b>	<b>44,71</b>	<b>189,2</b>	<b>1345,2</b>	



Директор

Шеф повар