

**2 мая 2024**  
**столовая МБОУ "Лицей №14" НМР РТ**

Наименование блюд	Выход	Белки,г Жиры,г Угл-ды ЭЦ,ккал				
<b>Понедельник</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 с	180/5	4,99	7,4	28,81	206,3	
Какао с молоком	200	4,08	3,54	2,61	58,6	
Батон нарезной	65	4,87	1,88	33,41	170,3	
<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>						
Рассольник Ленинградский со сметаной	250/5	7,38	9,58	32,55	216,8	
Овощи тушеные с мясом	50/150	14,05	15,97	32,8	374,45	
Напиток из урюка	200	0,75	0,06	15,95	68,52	
Хлеб белый	30	2,28	0,24	14,76	70,5	
Хлеб дарницкии	40	2,64	0,48	15,84	79,2	
<b>Итого:</b>	<b>725</b>	<b>119,71</b>	<b>27,1</b>	<b>26,33</b>	<b>111,9</b>	<b>809,47</b>
<b>Всего</b>	<b>1220</b>	<b>47,31</b>	<b>47,01</b>	<b>191,56</b>	<b>1399,67</b>	
<b>Горячий завтрак (младшие)</b>						
Овощи тушеные с мясом	50/150	14,05	15,97	32,8	374,45	
Капуста квашенная(д/гарнир)	50	0,85	2,5	4,22	42,85	
Напиток из урюка	200	0,75	0,06	15,95	68,52	
Хлеб белый	30	2,28	0,24	14,76	70,5	
Хлеб дарницкии	30	1,98	0,36	11,88	59,4	
<b>Итого:</b>	<b>520</b>	<b>80,66</b>	<b>19,91</b>	<b>19,13</b>	<b>79,61</b>	<b>615,72</b>
<b>Горячий завтрак(старшие)</b>						
Салат из квашеной капусты	100	1,7	4,8	8,46	85,7	
Овощи тушеные с мясом(50/200)	250	18,8	19,96	56	507,5	
Напиток из урюка	200	0,75	0,06	15,95	68,52	
Хлеб белый	20	1,52	0,16	9,84	47	
Хлеб дарницкии	20	1,32	0,24	7,92	39,6	
<b>Итого:</b>	<b>590</b>	<b>82,2</b>	<b>23,6</b>	<b>24,02</b>	<b>100,47</b>	<b>708,35</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	33,41	170,3	
<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	
Рассольник Ленинградский	250	7,94	7,82	13,56	107,25	
Овощи тушеные с мясом(50/200)	250	18,8	19,96	56	507,5	
Напиток из урюка	200	0,75	0,06	15,95	68,52	
Хлеб белый	30	2,28	0,24	14,76	70,5	
Хлеб дарницкии	40	2,64	0,48	15,84	79,2	
<b>Итого:</b>	<b>870</b>	<b>124,3</b>	<b>32,47</b>	<b>30,73</b>	<b>127,63</b>	<b>907,87</b>
<b>Всего</b>	<b>1420</b>	<b>50,29</b>	<b>48,87</b>	<b>207,43</b>	<b>1474,35</b>	

Директор



Шеф повар