

**27 января 2025г**  
**столовая МБОУ "Лицей №14" НМР РТ**

Наименование блюд	Выход	Белки,г	Жиры,г	Угл-ды,г	ЭЦ,ккал
<b>понедельник</b>					
<b>Завтрак(младшие)</b>					
Яйцо вареное	40	5,08	4,6	0,28	63
Каша Дружба молочная	200	11,44	10,16	27,23	258,12
Чай с сахаром	200	0,07	0,02	8	32
Батон нарезной	75	5,6	2,16	35,36	195,52
<b>Итого:</b>	<b>500</b>	<b>16,09</b>	<b>16,52</b>	<b>66,35</b>	<b>499,32</b>
<b>Обед(младшие)</b>					
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200/5	7,54	11,91	6,5	153,9
Котлеты домашние с гречкой	90	8,01	11,14	35,71	248
Макаронные изделия (рожки) отварные с маслом сливочным	150/3	5,68	2,88	31,96	176,1
Напиток из сухофруктов	200	0,7	0,1	22,03	92,9
Хлеб белый	25	1,9	0,2	12,3	58,75
Хлеб дарницкии	30	1,98	0,36	11,88	59,4
<b>Итого:</b>	<b>703</b>	<b>25,95</b>	<b>26,59</b>	<b>120,38</b>	<b>789,05</b>
<b>Всего</b>	<b>1203</b>	<b>41,9</b>	<b>43,11</b>	<b>186,73</b>	<b>1288,37</b>
<b>Горячий завтрак(старшие)</b>					
Свекла отварная (дольками)(доп/гарнир)	30	0,42	1,8	2,48	27,84
Котлеты домашние с гречкой	100	8,9	12,37	37,67	275,55
Макаронные изделия (рожки) отварные с маслом сливочным	180/3	9,64	7,6	33,35	241,94
Чай с сахаром	200	0,07	0,02	8	32
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>553</b>	<b>21,87</b>	<b>22,19</b>	<b>99,26</b>	<b>663,93</b>
<b>Завтрак (старшие)</b>					
Печенье	40	2,96	3,76	10,84	124,28
Каша Дружба молочная с маслом сливочным	230/5	9,18	11,63	19,3	179,26
Чай с сахаром	200	0,07	0,02	8	32
Батон нарезной	75	5,6	2,16	35,36	195,52
<b>Итого:</b>	<b>550</b>	<b>17,81</b>	<b>17,57</b>	<b>73,5</b>	<b>531,06</b>
<b>Обед (старшие)</b>					
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250/5	8,37	12,81	8,08	191,43
Котлеты домашние с гречкой	100	8,9	12,37	37,67	275,55
Макаронные изделия (рожки) отварные с маслом сливочным	180/3	9,64	7,6	33,35	241,94
Напиток из сухофруктов	200	0,7	0,1	22,03	92,9
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>808</b>	<b>32,53</b>	<b>33,6</b>	<b>131,73</b>	<b>951,52</b>
<b>Всего</b>	<b>1358</b>	<b>50,34</b>	<b>51,17</b>	<b>205,23</b>	<b>1482,58</b>

Директор



*Handwritten signature in blue ink.*

Шеф повар

*Handwritten signature in blue ink.*