

28 января 2025

столовая МБОУ "Лицей №14" НМР РТ

Наименование блюд	Выход	Белки,г	Жиры,г	Угл-ды,г	ЭЦ,ккал	
<b>Вторник</b>						
<b>Завтрак (младшие)</b>						
Бутерброд с повидлом(30/20)	50	7,05	2,3	16,8	209	
Каша гречневая молочная вязкая	200	5,92	12,59	35,42	206,46	
Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	9,98	60,1	
Батон нарезной	50	3,75	1,45	25,7	131	
<b>Итого:</b>	<b>500</b>	<b>19,89</b>	<b>19,02</b>	<b>87,9</b>	<b>606,56</b>	
<b>Обед (младшие)</b>						
Рассольник Ленинградский со сметаной	200/5	5,94	6,82	12,56	93,9	
Биточки куриные "Солнышко"	90	6,01	11,53	12,88	183,45	
Каша пшеничная вязкая с маслом сливочным	150/3	6,7	4,38	35,99	227	
Напиток яблок и изюма	200	0,2	0,1	19,82	68,12	
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>126,99</b>	<b>22,73</b>	<b>23,39</b>	<b>105,43</b>	<b>690,62</b>
<b>Всего</b>	<b>1203</b>	<b>42,27</b>	<b>42,41</b>	<b>193,33</b>	<b>1297,18</b>	
<b>Горячий завтрак(старшие)</b>						
Биточки куриные "Солнышко"	100	6,67	12,81	14,3	203,8	
Каша пшеничная вязкая с маслом сливочным	180/3	7,7	7,27	36,59	247	
Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	9,98	60,1	
Хлеб белый	30	2,28	0,24	14,76	47	
Хлеб дарницкии	40	2,64	0,48	15,84	79,2	
<b>Итого:</b>	<b>553</b>	<b>87,18</b>	<b>22,46</b>	<b>23,48</b>	<b>91,47</b>	<b>660,6</b>
<b>Завтрак (старшие)</b>						
Бутерброд с повидлом(30/20)	50	7,05	2,3	16,8	209	
Каша гречневая молочная вязкая	250	7,4	11,98	44,27	258,07	
Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	9,98	60,1	
Батон нарезной	50	3,75	1,45	25,7	131	
<b>Итого:</b>	<b>550</b>	<b>21,37</b>	<b>21,85</b>	<b>96,75</b>	<b>658,17</b>	
<b>Обед (старшие)</b>						
Рассольник Ленинградский	250	7,94	7,82	15,56	107,25	
Биточки куриные "Солнышко"	100	6,67	12,81	14,3	203,8	
Каша пшеничная вязкая с маслом сливочным	180/3	7,7	7,27	36,59	247	
Напиток яблок и изюма	200	0,2	0,1	19,82	68,12	
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>803</b>	<b>131,9</b>	<b>27,43</b>	<b>28,72</b>	<b>114,87</b>	<b>775,87</b>
<b>Всего</b>	<b>1353</b>	<b>42,27</b>	<b>50,57</b>	<b>211,62</b>	<b>1434,04</b>	

Директор



Шеф повар

*[Handwritten signature]*