

9 декабря 2024

столовая МБОУ "Лицей №14" НМР РТ

Наименование блюд	Выход	Белки,г	Жиры,г	Угл-ды,г	ЭЦ,ккал
<b>понеделник</b>					
<b>Завтрак(младшие)</b>					
Яйцо вареное	40	5,08	4,6	0,28	63
Каша Дружба молочная с маслом сливочным	180/5	6,24	11,16	35,23	258,12
Чай с молоком с сахаром	200	1,52	1,35	8,92	53,07
Батон нарезной	75	5,6	2,16	35,36	195,52
<b>Итого:</b>	<b>500</b>	<b>18,44</b>	<b>19,27</b>	<b>79,79</b>	<b>569,71</b>
<b>Обед(младшие)</b>					
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200/5	9,54	11,91	6,5	163,9
Биточки куриные Солнышко	90	6,4	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 дарницкии	55	3,63	0,66	21,78	108,9
<b>Итого:</b>	<b>703</b>	<b>25,95</b>	<b>26,69</b>	<b>117,98</b>	<b>789,8</b>
<b>Всего</b>	<b>1203</b>	<b>44,39</b>	<b>45,96</b>	<b>197,77</b>	<b>1359,51</b>
<b>Горячие завтрак(старшие)</b>					
Свекла отварная (дольками)(доп/гарнир)	30	0,42	1,8	2,48	27,84
Биточки куриные Солнышко	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 молоком с сахаром	200	1,52	1,35	8,92	53,07
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>23,32</b>	<b>23,52</b>	<b>100,18</b>	<b>685</b>
<b>Завтрак (старшие)</b>					
Печенье	40	2,96	3,76	10,84	124,28
Каша Дружба молочная с маслом сливочным	230/5	11,8	14,9	39,3	279,26
Чай с молоком с сахаром	200	1,52	1,35	8,92	53,07
Батон нарезной	75	5,6	2,16	35,36	195,52
<b>Итого:</b>	<b>550</b>	<b>21,88</b>	<b>22,17</b>	<b>94,42</b>	<b>652,13</b>
<b>Обед (старшие)</b>					
Свекла отварная (дольками)(доп/гарнир)	30	0,42	1,8	2,48	27,84
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250/5	8,37	11,01	10,28	191,43
Биточки куриные Солнышко	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	20	1,52	0,16	9,84	47
Хлеб дарницкии	40	1,98	0,36	11,88	59,4
<b>Итого:</b>	<b>818</b>	<b>31,53</b>	<b>33,4</b>	<b>127,53</b>	<b>936,06</b>
<b>Всего</b>	<b>1368</b>	<b>53,41</b>	<b>55,57</b>	<b>221,95</b>	<b>1588,19</b>



Директор

*[Handwritten signature]*

Шеф повар

*[Handwritten signature]*