

9 сентября 2023
столовая МБОУ "Лицей №14" НМР РТ

Наименование блюд	Выход	Белки,г	Жиры,г	Угл-ды,г	ЭЦ,ккал	
Суббота						
Горячие завтрак(старшие)						
Котлеты рыбные	100	12,2	8,53	10,24	181,48	
Рис отварной рассыпчатый с маслом сливочным	180/3	4,41	8,63	44,06	271,44	
Напиток из сухофруктов	200	0,7	0,1	32	132,8	
Хлеб белый	35	2,66	0,28	17,22	82,25	
Хлеб дарницкии	35	2,07	0,37	12,47	62,37	
Итого:	553	79	22,04	21,91	98,99	710,34
Завтрак (Мобилизованные)						
Бутерброд с сыром маслом сливочным(30/15/5)	50	6,27	7,86	14,83	155	
Каша манная молочная	250	12,28	14,33	44,88	371,29	
Чай с сахаром	200	0,07	0,02	8	32	
Батон нарезной	50	3,75	1,45	25,7	131	
Итого:	550	22,37	23,66	93,41	689,29	
Обед (Мобилизованные)						
Суп картофельный с мясными фрикадельками	250/11	4,54	4,12	16,95	135,57	
Котлеты рыбные	100	12,2	8,53	10,24	181,48	
Рис отварной рассыпчатый с маслом сливочным	180/3	4,41	8,63	44,06	271,44	
Напиток из сухофруктов	200	0,7	0,1	32	132,8	
Хлеб белый	25	1,87	0,2	12,3	58,75	
Хлеб дарницкии	35	2,07	0,37	12,47	62,37	
Итого:	804	119,5	30,79	31,95	128,02	942,41
Всего	1354		52,66	53,81	222,32	1592,43

Директор



Шеф повар