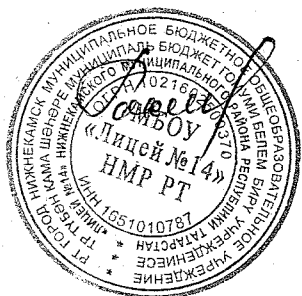


13 марта 2025г

столовая МБОУ "Лицей №14" НМР РТ

Наименование блюд	Выход	Белки,г	Жиры,г	Угл-ды,г	ЭЦ,ккал
Четверг					
Завтрак (младшие)					
Бутерброд с сыром с маслом сливочным(30/15/5)	50	6,27	7,85	14,83	155
Каша геркулесовая молочная вязкая с маслом сливочным	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
Итого:	500	20,21	20,68	79,66	590,2
Обед (младшие)					
Борщ из свежей капусты с картофелем	250	2,8	6,92	16,93	133,75
Птица запеченная с картофелем тушенным	75/150	17,24	18,49	53,06	482,73
Чай с сахаром с яблоком	200	0,11	0,06	8,97	36,68
Хлеб белый	30	2,28	0,24	14,76	70,5
Хлеб дарницкии	50	3,3	0,6	19,8	99
Итого:	755	126,99	25,73	26,31	113,52
Всего	1255	45,94	46,99	193,18	1412,86
Горячий завтрак(старшие)					
Салат из капусты квашеной	100	1,7	4,8	8,46	85,7
Птица запеченная с картофелем тушенным	75/180	19,54	19,16	74,05	547,09
Чай с сахаром с яблоком	200	0,11	0,06	8,97	36,68
Хлеб дарницкии	20	1,32	0,24	7,92	39,6
Итого:	575	87,18	22,67	24,06	99,4
Завтрак (старшие)					
Крекер	35	3,15	6,3	16,56	157,5
Каша геркулесовая молочная вязкая	250	13,74	14,1	32,22	282
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
Итого:	550	21,87	22,34	91,16	646,48
Обед (старшие)					
Борщ из свежей капусты с картофелем	250	4,8	9,92	16,93	143,75
Птица запеченная с картофелем тушенным	75/180	19,54	19,16	74,05	547,09
Капуста квашеная (д/гарнир)	30	0,5	1,5	2,52	25,7
Чай без сахара	200	0,4	0,1	0,01	2,8
Хлеб белый	30	2,28	0,24	14,76	70,5
Хлеб дарницкии	40	2,64	0,48	15,84	79,2
Итого:	805	131,9	30,16	31,4	128,11
Всего	1355	52,03	53,74	219,27	1555,52

Директор



Шеф повар