

24 апреля 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
Котлеты Аппетитные мясо-куриные	90	8,6	12,73	5,71	141,89
Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	150/3	5,68	2,88	31,96	176,1
Напиток из урюка	200	0,75	0,06	15,95	68,52
Хлеб белый	30	2,28	0,24	14,76	70,5
Хлеб дарницкии	40	2,64	0,48	15,84	79,2
Итого:	720	22,75	23,31	101,15	669,96
Всего	1220	42,96	43,99	180,81	1260,16
Горячий завтрак(старшие)					
Икра морковная (доп.гарнир)	50	1,7	4,8	8,46	85,7
Котлеты Аппетитные мясо-куриные	100	9,67	12,3	6,34	142,61
Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	180/3	9,64	7,6	33,35	241,94
Напиток из урюка	200	0,75	0,06	15,95	68,52
Хлеб белый	30	2,28	0,24	14,76	70,5
Хлеб дарницкии	40	2,64	0,48	15,84	79,2
Итого:	613	87,18	23	23,56	91,32
2-х Горячий завтрак(старшие)					
Икра морковная (доп.гарнир)	50	1,7	4,8	8,46	85,7
Котлеты Аппетитные мясо-куриные	100	9,67	12,3	6,34	142,61
Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	180/3	9,64	7,6	33,35	241,94
Напиток из урюка	200	0,75	0,06	15,95	68,52
Хлеб белый	30	2,28	0,24	14,76	70,5
Хлеб дарницкии	40	2,64	0,48	15,84	79,2
Итого:	613	23	23,56	91,32	654,19
Дополнительное питание (старшие)					
Крекер	35	3,15	6,3	16,56	157,5
Каша геркулесовая молочная вязкая	200	7,49	15,15	30,6	241,26
Чай с сахаром с яблоком	200	0,11	0,06	8,97	36,68
Батон нарезной	20	1,5	0,58	10,28	52,4
Итого:	455	131,9	12,25	14,49	60,31
Всего	1068	33,25	38,05	151,63	1062,03

Директор



Шеф повар

[Handwritten signature]