

28 апреля 2025г
столовая МБОУ "Лицей №14" НМР РТ

Наименование блюд	Выход	Белки,г Жиры,г Угл-ды ЭЦ,ккал				
Понедельник						
Завтрак(младшие)						
Печенье	40	2,96	3,76	10,84	124,28	
Каша пшеничная молочная	200	8,56	9,8	19,49	174,46	
Чай с сахаром с яблоком	200	0,11	0,06	8,97	36,68	
Батон нарезной	60	4,5	1,74	30,84	157,2	
Итого:	500	16,13	15,36	70,14	492,62	
Обед(младшие)						
Борщ из св капусты с картофелем сметаной	200/5	1,57	10,69	8,93	113,1	
Биточки рыбные с молочным соусом	75/20	9,62	9,74	15,98	175,01	
Макаронные изделия(рожки) отварные с маслом сливочным	150/3	5,68	2,88	31,96	176,1	
Сок фруктовый(нектар плодовый)	200	1	0	20,2	84,8	
Хлеб белый	30	2,28	0,24	14,76	70,5	
Хлеб дарницкии	30	1,98	0,36	11,88	59,4	
Итого:	713	126,99	22,13	23,91	103,71	678,91
Всего	1213		38,26	39,27	173,85	1171,53
Горячий завтрак(старшие)						
Фрукты(яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	47	
Биточки рыбные с молочным соусом	75/30	9,98	12,87	26,22	261,6	
Макаронные изделия(рожки) отварные с маслом сливочным	180/3	9,64	7,6	33,35	241,94	
Чай с сахаром с яблоком	200	0,11	0,06	8,97	36,68	
Хлеб дарницкии	30	1,98	0,36	11,88	59,4	
Итого:	618	87,18	22,11	22,29	91,22	646,62
2-х Горячий завтрак(старшие)						
Фрукты(яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	47	
Биточки рыбные с молочным соусом	75/30	9,98	12,87	26,22	261,6	
Макаронные изделия(рожки) отварные с маслом сливочным	180/3	9,64	7,6	33,35	241,94	
Чай с сахаром с яблоком	200	0,11	0,06	8,97	36,68	
Хлеб дарницкии	30	1,98	0,36	11,88	59,4	
Итого:	618		22,11	22,29	91,22	646,62
Дополнительное питание (старшие)						
Борщ из св капусты с картофелем сметаной	250/5	1,95	13,29	11,1	144,68	
Сок фруктовый(нектар плодовый)	200	1	0	20,2	84,8	
Хлеб дарницкии	30	1,98	0,36	11,88	59,4	
Итого:	485	131,9	31,04	35,94	134,4	935,5
Всего	1103		31,04	35,94	134,4	935,5



Директор

Шеф повар

Handwritten signature in blue ink.