

6 марта 2025г
столовая МБОУ "Лицей №14" НМР РТ

Наименование блюд	Выход	Белки,г	Жиры,г	Угл-ды,г	ЭЦ,ккал
четверг					
Завтрак(младшие)					
Крекер	30	2,7	5,4	14,2	135
Каша кукурузная молочная	200	10,95	11,84	22,01	211,46
Чай с сахаром	200	0,07	0,02	8	32
Батон нарезной	70	5,24	2,02	35,98	183,4
Итого:	500	18,96	19,28	80,19	561,86
Обед(младшие)					
Щи из свежей капусты с картофелем	250	5,53	8,59	28,53	174,5
Сосиска с томатным соусом, с макаронными изделиями отварными	50/20/180	13,8	13,45	37,65	287,53
Напиток из плодов шиповника	200	0,6	0,1	20,2	123,6
Хлеб белый	20	1,52	0,16	9,84	47
Хлеб дарницкии	20	1,32	0,24	7,92	39,6
Итого:	733	22,77	22,54	104,14	672,23
Всего	1233	41,73	41,82	184,33	1234,09
Горячий завтрак(старшие)					
Печенье	20	1,48	0,88	5,42	62,14
Сосиска с томатным соусом, с макаронными изделиями отварными	50/30/200	17,02	19,42	45,04	372,05
Напиток из плодов шиповника	200	0,6	0,1	20,2	123,6
Хлеб белый	20	1,52	0,16	9,84	47
Хлеб дарницкии	30	1,98	0,36	11,88	59,4
Итого:	553	22,6	21,92	92,38	664,19
Завтрак (старшие)					
Печенье	40	2,96	3,76	10,84	124,28
Каша кукурузная молочная	250	10,93	12,8	23,76	241,2
Чай с сахаром	200	0,07	0,02	8	32
Батон нарезной	65	4,87	1,88	33,41	170,3
Итого:	555	18,83	18,46	76,01	567,78
Обед (старшие)					
Щи из свежей капусты с картофелем	250	5,53	8,59	28,53	174,5
Сосиска с томатным соусом, с макаронными изделиями отварными	50/30/200	17,02	19,42	45,04	372,05
Напиток из плодов шиповника	200	0,6	0,1	20,2	123,6
Хлеб белый	30	2,28	0,24	14,76	70,5
Хлеб дарницкии	40	2,64	0,48	15,84	79,2
Итого:	800	28,07	28,83	120,37	819,85
Всего	1355	46,9	47,29	196,38	1387,63

Директор



[Handwritten signature]

Шеф повар

[Handwritten signature]