

**Меню на 5 октября 2022 года**  
**МБОУ «ЛИЦЕЙ 38» НМР РТ**

	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
<b>Горячий завтрак (младшие)</b>					
Плов с куриными грудками	50/150	9,58	13,54	41,38	363,62
Огурцы свежие (доп.гарнир)	30	0,21	0,03	0,57	3,6
Чай с сахаром	200	0,07	0,02	10	40
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	71
Хлеб ржаной дарницкий	40	4,46	0,81	26,73	133,65
<b>ИТОГО:</b>	<b>500</b>	<b>18,6</b>	<b>19,64</b>	<b>83,44</b>	<b>611,87</b>

**Директор школы**

**Шеф-повар**

