

**Меню на 9 декабря 2022 года**  
**МБОУ «ЛИЦЕЙ № 38» НМР РТ**

	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
<b>Завтрак (младшие)</b>					
Фрукты ( яблоки )	100	0,8	0,2	7,5	38
Каша кукурузная молочная (вязкая) с маслом сливочным	150/5	5,68	6,51	36,88	229,51
Какао с молоком	200	10,08	3,54	7,60	78,70
Батон нарезной	50	3,76	1,74	30,84	132
<b>ИТОГО:</b>	<b>505</b>	<b>18,76</b>	<b>19,53</b>	<b>79,72</b>	<b>578,21</b>
<b>Обед (младшие)</b>					
Суп картофельный с вермишелью	250	2,54	5,98	17,04	131,39
Котлеты из мяса птицы в томатном соусе	80/20	21,3	11,25	16,31	202,54
Пюре картофельное с маслом сливочным	150/3	3,22	6,34	18,82	151,76
Напиток из сухофруктов	200	0,70	0,10	32,00	132,80
Хлеб ржаной дарницкий	50	2,92	0,60	19,8	99
<b>ИТОГО:</b>	<b>753</b>	<b>26,9</b>	<b>27,21</b>	<b>114,17</b>	<b>792,45</b>
<b>Всего</b>	<b>1258</b>	<b>45,66</b>	<b>46,74</b>	<b>193,89</b>	<b>1370,66</b>
<b>ДОПОЛНИТЕЛЬНОЕ ПИТАНИЕ</b>					
Каша кукурузная молочная с маслом сливочным	200/5	7,59	7,48	49,22	295,01
Какао с молоком	200	10,08	3,54	7,6	78,7
Батон нарезной	50	3,761	1,74	30,84	132
	<b>455</b>	<b>21,43</b>	<b>12,76</b>	<b>87,66</b>	<b>505,</b>
<b>Завтрак (старшие)</b>					
Фрукты (яблоки )	100	0,8	0,2	7,5	38
Котлеты из мяса птицы в томатном соусе	80/20	21,3	11,25	16,31	202,54
Картофельное пюре с маслом сливочным	180/3	3,86	7,17	22,57	178,16
Компот из чернослива	200	0,70	0,10	32,00	132,80
Хлеб ржаной дарницкий	20	1,32	0,24	7,92	39,6
<b>ИТОГО:</b>	<b>613</b>	<b>27,98</b>	<b>18,96</b>	<b>86,3</b>	<b>591,1</b>

Директор школы

Шеф-повар

