

**Меню на 22 сентября 2022 года**  
**МБОУ «ЛИЦЕЙ № 38» НМР РТ**

	<b>Выход</b>	<b>Белки</b>	<b>Жиры</b>	<b>Угл-ды</b>	<b>Ккал</b>
<b>Завтрак (младшие)</b>					
Каша кукурузная молочная с маслом сливочным	180/5	6,78	7,07	43,89	266,7
Какао с молоком	200	1,08	3,54	7,6	78,7
Печенье	50	10,27	11,94	17,32	210,81
Батон нарезной	65	4,87	1,88	33,38	170,13
<b>ИТОГО:</b>	<b>500</b>	<b>20</b>	<b>20,43</b>	<b>87,19</b>	<b>616,34</b>
<b>Обед (младшие)</b>					
Фрукты (яблоки)	100	0,40	0,40	9,80	47
Борщ из свежей капусты с картофелем	250	1,83	4,92	10,93	103,75
Запеканка картофельная с мясом	180	17,74	24,03	28,3	387,85
Напиток из сухофруктов	200	0,70	0,10	32,0	132,80
Хлеб пшеничный	20	1,32	0,16	9,84	47
Хлеб ржаной дарницкий	45	2,96	0,54	17,78	88,92
<b>ИТОГО:</b>	<b>795</b>	<b>25,95</b>	<b>28,15</b>	<b>111,65</b>	<b>807,32</b>
<b>ИТОГО:</b>	<b>1295</b>	<b>45,95</b>	<b>48,58</b>	<b>198,84</b>	<b>1423,66</b>
<b>Завтрак (старшие)</b>					
Фрукты (яблоки)	100	0,40	0,40	9,80	47
Запеканка картофельная с мясом с маслом сливочным	240/10	10,53	19,43	22,33	287,07
Напиток из сухофруктов	200	0,70	0,10	32,0	132,80
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94
Хлеб ржаной дарницкий	30	1,97	0,36	11,92	59,28
<b>ИТОГО:</b>	<b>620</b>	<b>21,64</b>	<b>22,61</b>	<b>95,73</b>	<b>650,15</b>

**Директор школы**

**Шеф-повар**