

Меню на 24 мая 2023 г

МБОУ «ЛИЦЕЙ 38 «НМР РТ

	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Горячий завтрак младшие					
Бутерброд с маслом сливочным 30/10	40	2,36	7,49	14,89	136
Плов куриными грудками	50/150	13,42	11,43	37,93	270,5
Чай с сахаром, лимоном	187/8/5	0,13	0,02	8,2	34,02
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5
Хлеб ржаной дарницкий	30	1,98	0,36	11,88	59,4
итого	500	20,17	19,54	87,66	570,42
Завтрак (старшие)					
Бутерброд с маслом сливочным (30/10)	40	2,36	7,49	14,89	136
Плов с куриными грудками 50/200	250	15,32	14,14	35,51	317
Компот из свежих яблок	200	0,16	0,16	10,91	46,6
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5
Хлеб ржаной дарницкий	30	1,98	0,36	11,88	59,4
итого	550	22,1	22,39	87,95	629,5

директор



шеф-повар

