

# Меню на 25 апреля 2024 года

## МБОУ «лицей 38» НМР РТ

	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
<b>2 разовое питание-завтрак (младшие)</b>					
Пряники	35	2,1	2,1	9,2	89,5
Каша кукурузная молочная	200	7,95	11,84	19,01	201,46
Чай с сахаром	200	0,07	0,02	8	32
Батон нарезной	65	4,87	1,88	33,41	170,30
<b>ИТОГО:</b>	<b>500</b>	<b>14,99</b>	<b>15,84</b>	<b>69,62</b>	<b>493,26</b>
<b>Обед (младшие)</b>					
Щи из свежей капусты с картофелем	250	5,53	7,59	33,53	164,5
Тефтели мясные с овощами	60/40	11,58	9,53	24,94	149
Картофельное пюре с маслом сливочным	150/3	3,09	6,98	8,48	157,55
Напиток из плодов шиповника	200	0,60	0,10	20,20	123,6
Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47
Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	7,92	39,6
<b>ИТОГО:</b>	<b>743</b>	<b>23,64</b>	<b>24,6</b>	<b>104,91</b>	<b>680,78</b>
<b>ВСЕГО:</b>	<b>1243</b>	<b>38,63</b>	<b>40,44</b>	<b>174,53</b>	<b>1174,04</b>
<b>Горячий завтрак (младшие)</b>					
Пряники	35	2,1	2,1	9,2	89,5
Тефтели мясные с овощами	60/40	11,58	9,53	24,94	148,53
Картофельное пюре с маслом сливочным	150/3	3,09	6,98	12,48	157,55
Напиток из плодов шиповника	200	0,60	0,10	20,20	123,6
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5
<b>ИТОГО:</b>	<b>518</b>	<b>19,65</b>	<b>18,95</b>	<b>81,58</b>	<b>589,68</b>
<b>Горячий завтрак (старшие)</b>					
Печенье	20	1,48	1,88	5,42	62,14
Тефтели мясные с овощами	60/40	11,58	9,53	24,94	148,53
Картофельное пюре с маслом сливочным	180/3	3,70	7,94	24,57	184,50
Напиток из плодов шиповника	200	0,60	0,10	20,20	123,6
Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	11,88	59,4
<b>ИТОГО:</b>	<b>553</b>	<b>21,86</b>	<b>21,97</b>	<b>96,85</b>	<b>646,17</b>
<b>2 разовое питание-завтрак (старшие)</b>					
Пряники	35	2,1	2,1	9,2	89,5
Каша кукурузная молочная	250	10,93	14,80	23,76	251,80
Чай с сахаром	200	0,07	0,02	8	32
Батон нарезной	65	4,87	1,88	33,41	170,30
<b>ИТОГО:</b>	<b>550</b>	<b>17,97</b>	<b>18,8</b>	<b>74,37</b>	<b>543,6</b>
<b>Обед (старшие)</b>					
Щи из свежей капусты с картофелем	250	5,53	7,59	33,53	164,50
Тефтели мясные с овощами	60/40	11,58	9,53	24,94	148,53
Картофельное пюре	180	3,68	5,76	24,53	164,70
Напиток из плодов шиповника	200	0,6	0,1	20,20	123,6
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50
Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	15,84	79,20
<b>ИТОГО:</b>	<b>800</b>	<b>26,31</b>	<b>26,7</b>	<b>112,44</b>	<b>776,32</b>
<b>ВСЕГО:</b>	<b>1350</b>	<b>44,28</b>	<b>45,5</b>	<b>186,81</b>	<b>1319,92</b>

Директор школы

Шеф повар

