

Меню на 25 ноября 2022 года
МБОУ «ЛИЦЕЙ № 38» НМР РТ

	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Завтрак (младшие)					
Фрукты (мандарины)	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
ИТОГО:	505	18,76	19,53	79,72	578,21
Обед (младшие)					
Суп картофельный с вермишелью	250	2,54	5,98	17,04	131,39
Котлеты «пожарские» в томатном соусе	80/30	21,4	8,96	11,24	190,35
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
ИТОГО:	763	26,95	27,12	113,34	790,4
ВСЕГО	1268	45,71	46,65	193,02	1368,61
ДОПОЛНИТЕЛЬНОЕ ПИТАНИЕ					
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
	455	21,43	12,76	87,66	505,
Завтрак (старшие)					
Фрукты (мандарины)	100	0,8	0,2	7,5	38
Котлеты « пожарские» в томатном соусе	80/30	21,4	8,96	11,24	190,35
Картофельное пюре с маслом сливочным	180/3	3,86	7,17	22,57	178,16
Напиток из сухофруктов	200	0,70	0,10	32,00	132,80
Хлеб ржаной дарницкий	20	1,32	0,24	7,92	39,6
ИТОГО:	613	28,08	16,67	81,23	578,91

Директор школы

Шеф-повар

