

23 сентября 2023

столовая МБОУ "Лицей №14" НМР РТ

Наименование блюд

Выход

Белки,г Жиры,г Угл-ды,г ЭЦ,ккал

Суббота

Горячий завтрак(старшие)

Булочка с изюмом

50

3,5

2,25

27,5

165

Круассан с вишневой начинкой

50

2,75

7,95

26,7

189,5

Сок фруктовый(нектар плодовой)

200

1

0

20,2

84,8

Фрукты(яблоко)

100

0,4

0,4

9,8

47

Итого:

400

79

7,65

10,6

84,2

486,3



Директор

Шеф повар