

7 сентября 2023
столовая МБОУ "Лицей №14" НМР РТ

Наименование блюд	Выход	Белки,г	Жиры,г	Угл-ды,г	ЭЦ,ккал	
Среда						
Горячийи завтрак (младшие)						
Запеканка картофельная с мясом	50/130	13,19	19,59	28,15	340,09	
Морковь порц (доп гарнир)	50	0,65	0,05	3,41	32,47	
Напиток из шиповника	200	0,66	0,09	20,04	84,8	
Хлеб белый	30	2,28	0,24	14,76	70,5	
Хлеб дарницкии	40	2,64	0,48	15,84	79,2	
Итого:	500	77,09	19,42	20,45	82,2	607,06
Горячийи завтрак(старшие)						
Запеканка картофельная с мясом с маслом сл	240/10	18,32	27,21	39,1	472,35	
Морковь порц (доп гарнир)	50	0,65	0,05	3,41	32,47	
Напиток из шиповника	200	0,66	0,09	20,04	84,8	
Хлеб белый	30	2,28	0,24	14,76	70,5	
Хлеб дарницкии	20	1,32	0,24	7,92	39,6	
Итого:	550	79	23,23	23,83	95,23	699,72
Завтрак (Мобилизованные)						
Печенье	35	2,59	3,29	25,59	142,45	
Каша молочная пшенная	250	10,91	13,46	38,73	210,85	
Какао с молоком	200	0,07	0,02	7,85	29,8	
Батон нарезной	65	4,87	1,88	33,38	170,13	
Итого:	550	21,44	22,65	105,55	653,23	
Обед (Мобилизованные)						
Салат из моркови с сахаром	100	1,23	0,1	11,48	81,7	
Борщ из свежей капусты с картофелем	250	8,8	7,92	40,93	223,75	
Запеканка картофельная с мясом	240	18,46	19,59	33,82	500,57	
Напиток из шиповника	200	0,66	0,09	20,04	84,8	
Хлеб белый	20	1,5	0,16	9,84	47	
Хлеб дарницкии	20	1,32	0,24	7,92	39,6	
Итого:	830	119,5	31,97	31,1	128,03	977,42
Всего	1380	53,41	53,75	233,58	1630,65	

Директор



Шеф повар