

19 марта 2024
столовая МБОУ "Лицей №14" НМР РТ

Наименование блюд	Выход	Белки,г	Жиры,г	Угл-ды,г
Вторник				
Завтрак(младшие)				
Булочка сдобная	50	7,05	9,3	16,8
Каша гречневая молочная вязкая	200	5,92	5,59	35,42
Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	9,98
Батон нарезной	50	3,75	1,45	25,7
Итого:	500	19,89	19,02	87,9
Обед(младшие)				
Рассольник ленинградский со сметаной	200/5	5,94	6,82	12,56
Котлеты из индейки с овощами с мол соусом	80/20	6,01	11,53	12,88
Каша пшеничная вязкая с маслом слив	150/3	6,7	4,38	35,99
Напиток из изюма и яблок	200	0,2	0,1	19,82
Хлеб белый	25	1,9	0,2	12,3
Хлеб дарницкии	30	1,98	0,36	11,88
Итого:	713	119,71	22,73	23,39
Всего	1203	42,27	42,41	193,33
Горячий завтрак (младшие)				
Котлеты из индейки с овощами с мол соусом	80/20	6,01	11,53	12,88
Каша пшеничная вязкая с маслом слив	150/3	6,7	4,38	35,99
Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	9,98
Хлеб белый	30	2,28	0,24	14,76
Хлеб дарницкии	30	1,98	0,36	11,88
Итого:	513	80,66	20,14	19,19
Горячий завтрак(старшие)				
Котлеты из индейки с овощами с мол соусом	80/20	6,67	12,81	14,3
Каша пшеничная вязкая с маслом слив	180/3	7,7	7,27	36,59
Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	9,98
Хлеб белый	30	2,28	0,24	14,76
Хлеб дарницкии	40	2,64	0,48	15,84
Итого:	563	82,2	22,46	23,48
Завтрак (старшие)				
Булочка сдобная	50	7,05	9,3	16,8
Каша гречневая молочная вязкая	250	7,4	8,98	44,27
Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	9,98
Батон нарезной	50	3,75	1,45	25,7
Итого:	550	21,37	22,41	96,75
Обед (старшие)				
Рассольник ленинградский	250	7,94	7,82	13,56
Котлеты из индейки с овощами с мол соусом	80/20	6,67	12,81	14,3
Каша пшеничная вязкая с маслом слив	180/3	7,7	7,27	45,59
Напиток из изюма и яблок	200	0,2	0,1	19,82
Хлеб белый	30	2,64	0,48	15,84
Хлеб дарницкии	40	2,64	0,48	15,84
Итого:	813	124,3	27,43	28,72
Всего	1353	42,27	51,13	211,62

Шеф повар



Директор

Дусеев

Шеф повар