

11 марта 2025
столовая МБОУ "Лицей №14" НМР РТ

Наименование блюд	Выход	Белки,г	Жиры,г	Угл-ды,г	ЭЦ,ккал
Вторник					
Завтрак (младшие)					
Бутерброд с повидлом(30/20)	50	7,05	2,3	16,8	209
Каша кукурузная молочная	200	10,95	11,84	22,01	211,46
Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	9,98	60,1
Батон нарезной	50	3,75	1,45	25,7	131
Итого:	500	19,92	18,77	80,49	611,56
Обед (младшие)					
Рассольник Ленинградский со сметаной	200/5	5,94	6,82	12,56	93,9
Шницель куриный с соусом молочным	75/20	9,71	13,26	24,8	239,44
Каша пшеничная вязкая	150	3,06	3,5	22,79	180,6
Напиток яблок и изюма	200	0,2	0,1	19,82	68,12
Хлеб белый	25	1,9	0,2	12,3	58,75
Хлеб дарницкии	30	1,98	0,36	11,88	59,4
Итого:	705	22,79	24,24	104,15	700,21
Всего	1205	42,27	43,01	184,64	1311,77
Горячий завтрак(старшие)					
Шницель куриный с соусом молочным	75/30	10,01	14,39	26,04	256,03
Каша пшеничная вязкая	180	5,52	6,22	29,27	197,6
Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	9,98	60,1
Хлеб белый	30	2,28	0,24	14,76	47
Хлеб дарницкии	40	2,64	0,48	15,84	79,2
Итого:	555	23,62	24,01	98,89	663,43
Завтрак (старшие)					
Бутерброд с повидлом(30/20)	50	7,05	2,3	16,8	209
Каша кукурузная молочная	250	10,93	12,8	23,76	241,2
Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	9,98	60,1
Батон нарезной	50	3,75	1,45	25,7	131
Итого:	550	22,9	22,23	96,24	647,3
Обед (старшие)					
Рассольник Ленинградский	250	7,94	7,82	15,56	107,25
Шницель куриный с соусом молочным	75/30	10,01	14,39	26,04	256,03
Каша пшеничная вязкая	180	5,52	6,22	29,27	197,6
Напиток яблок и изюма	200	0,2	0,1	19,82	68,12
Хлеб белый	30	2,28	0,24	14,76	70,5
Хлеб дарницкии	40	2,64	0,48	15,84	79,2
Итого:	803	27,59	28,25	119,29	778,7
Всего	1355	42,27	50,48	215,53	1426

Директор



Шеф повар