




Школа (Школа младшие)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
Завтрак			
200	Каша Дружба <i>крупа рисовая, молоко сухое, крупа пшеница, масло сливочное, сахар, соль</i>	Калорийность-283, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-36	21-30
65	Омлет натуральный <i>яйцо, молоко, масло растительное, соль</i>	Калорийность-106, Белки-6, Жиры-9, Углеводы-2	22-73
200	Кофейный напиток (молоко цельное) <i>молоко, сахар, кофейный напиток</i>	Калорийность-79, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-16	20-09
50	Батон нарезной	Калорийность-131, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-26	7-42
14/10	Масло сливочное, сыр <i>сыр, масло сливочное</i>	Калорийность-164, Белки-8, Жиры-12,	22-46
Итого за Завтрак		Калорийность-763, Белки-29, Жиры-34, Углеводы-80	94-00
Обед			
80	Салат из белокочанной капусты <i>капуста белокочанная, морковь, масло растительное, лук репчатый, сахар, соль, лимонная кислота</i>	Калорийность-109, Белки-1, Жиры-8, Углеводы-7	10-19
250	Рассольник ленинградский с мясом <i>картофель, говядина, огурцы консервированные, морковь, крупа рисовая, лук репчатый, масло растительное, соль</i>	Калорийность-154, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-16	27-28
220	Голубцы ленивые (масса) <i>капуста белокочанная, говядина, лук репчатый, морковь, крупа рисовая, масло растительное, масло сливочное, томатная паста, мука, сахар, соль</i>	Калорийность-261, Белки-17, Жиры-16, Углеводы-13	75-50
200	Компот из яблок с лимоном <i>яблоки*, сахар, лимоны свежие</i>	Калорийность-103, Углеводы-25	19-21
50/50	Хлеб ржано-пшеничный <i>хлеб пшеничный, хлеб ржаной</i>	Калорийность-205, Белки-7, Жиры-1, Углеводы-43	12-82
Итого за Обед		Калорийность-832, Белки-30, Жиры-32, Углеводы-104	145-00
Итого за день		Калорийность-1595, Белки-59, Жиры-66, Углеводы-184	239-00
 Директор школы		 Калькулятор	 Зав.производством