

Школа (Школа младшие)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
Завтрак			
150	Каша манная молочная <small>крупка манная, молоко сухое, масло сливочное, сахар, соль, молоко восстановленное ультрапастеризованное 2,5%</small>	Калорийность-210 Белки-6, Жиры-9, Углеводы-27	16-99
85/40	Пудинг из творога запеченный с молочным соусом <small>творог 9 % жирн., изюм, крупка манная, сахар, белок яичный пастеризованный, мука, сметана 15%, масло сливочное, желток пастеризованный, соль, ванилин, молоко, сахар, масло сливочное, мука</small>	Калорийность-229, Белки-13, Жиры-14, Углеводы-24	67-12
200	Чай с сахаром <small>сахар, чай черный</small>	Калорийность-60, Углеводы-15	2-47
50	Батон нарезной	Калорийность-131, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-26	7-42
Итого за Завтрак		Калорийность-630, Белки-23, Жиры-24, Углеводы-92	94-00
Обед			
80	Салат из белокочанной капусты с огурцом <small>капуста белокочанная, огурцы, масло растительное, соль</small>	Калорийность-109, Белки-1, Жиры-8, Углеводы-8	12-19
250	Суп с рыбными консервами <small>картофель, консервы рыбные сайра натуральная с добавлением масла, морковь, лук репчатый, крупа рисовая1, масло сливочное, петрушка, соль</small>	Калорийность-166, Белки-9, Жиры-7, Углеводы-16	36-90
200	Азу <small>картофель, говядина, огурцы консервированные, лук репчатый, масло растительное, томатная паста, мука</small>	Калорийность-306, Белки-16, Жиры-17, Углеводы-21	76-59
200	Компот из смеси сухофруктов <small>сухофрукты, сахар</small>	Калорийность-96, Белки-1, Углеводы-23	6-50
50/50	Хлеб ржано-пшеничный <small>хлеб пшеничный, хлеб ржаной</small>	Калорийность-205, Белки-7, Жиры-1, Углеводы-43	12-82
Итого за Обед		Калорийность-882, Белки-34, Жиры-33, Углеводы-111	145-00
Итого за день		Калорийность-1512, Белки-57, Жиры-57, Углеводы-203	239-00



Г. И. Калыгулова
Калькулятор

Зав. производством
У. К.