
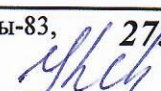


Школа (Школа старшие)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
Завтрак			
220	Каша молочная пшено <i>крупа пшенная, молоко сухое, масло сливочное, сахар, соль</i>	Калорийность-298, Белки-10, Жиры-13, Углеводы-47	24-90
65	Омлет натуральный <i>яйцо, молоко, масло растительное, соль</i>	Калорийность-106, Белки-6, Жиры-9, Углеводы-2	23-03
200	Молоко заварное <i>молоко, сахар, чай черный</i>	Калорийность-144, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-25	28-44
56	Батон нарезной	Калорийность-147, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-29	8-38
10/15	Масло сливочное, сыр <i>сыр, масло сливочное</i>	Калорийность-126, Белки-4, Жиры-12	23-25
Итого за Завтрак		Калорийность-821, Белки-28, Жиры-38, Углеводы-103	108-00
Обед			
100	Салат из помидоров с растительным маслом <i>помидоры, лук репчатый, масло растительное, соль</i>	Калорийность-102, Белки-1, Жиры-10, Углеводы-3	25-31
250/12,5	Суп картофельный с лапшой домашней с мясом курицы <i>картофель, мясо курицы (без кости), макаронные изделия, морковь, лук репчатый, масло растительное, соль</i>	Калорийность-139, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-18	22-05
70/50	Гуляш <i>свинина, лук репчатый, масло растительное, томатная паста, мука, соль</i>	Калорийность-296, Белки-20, Жиры-22, Углеводы-4	81-92
180	Рис отварной <i>крупа рисовая, масло сливочное, соль</i>	Калорийность-263, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-44	17-57
200	Компот из смеси <i>сухофрукты, сахар</i>	Калорийность-96, Белки-1, Углеводы-23	6-50
53/53	Хлеб ржано-пшеничный <i>хлеб пшеничный, хлеб ржаной</i>	Калорийность-217, Белки-7, Жиры-1, Углеводы-46	13-65
Итого за Обед		Калорийность-1 113, Белки-40, Жиры-45, Углеводы-138	167-00
Итого за день		Калорийность-1 934, Белки-68, Жиры-83, Углеводы-241	275-00
 Директор школы		Калькулятор	 Заведующая