

## Школа (Школа младшие)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<b>Завтрак</b>			
180	<b>Каша Дружба</b> <i>крупа рисовая, молоко сухое, крупа пшеничная, масло сливочное, сахар, соль</i>	Калорийность-255, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-32	19-58
65	<b>Омлет натуральный</b> <i>яйцо, молоко, масло растительное, соль</i>	Калорийность-106, Белки-6, Жиры-9, Углеводы-2	23-03
200	<b>Кофейный напиток (молоко цельное)</b> <i>молоко, сахар, кофейный напиток</i>	Калорийность-79, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-16	21-32
46	<b>Батон нарезной</b>	Калорийность-121, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24	6-82
10/15	<b>Масло сливочное, сыр</b> <i>сыр, масло сливочное</i>	Калорийность-126, Белки-4, Жиры-12	23-25
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-687, Белки-24, Жиры-33, Углеводы-74	94-00
<b>Обед</b>			
80	<b>Салат из белокочанной капусты</b> <i>капуста белокочанная, морковь, масло растительное, лук репчатый, сахар, соль, лимонная кислота</i>	Калорийность-109, Белки-1, Жиры-8, Углеводы-7	10-26
250/12,5	<b>Рассольник ленинградский с мясом</b> <i>картофель, говядина, огурцы консервированные, морковь, крупа рисовая, лук репчатый, масло растительное, соль</i>	Калорийность-154, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-16	27-47
200	<b>Голубцы ленивые (масса 50/150)</b> <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	81-66
200	<b>Компот из яблок с лимоном</b> <i>яблоки, сахар, лимоны свежие</i>	Калорийность-103, Углеводы-25	13-52
47/47	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b> <i>хлеб пшеничный, хлеб ржаной</i>	Калорийность-193, Белки-7, Жиры-1, Углеводы-41	12-09
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-820, Белки-30, Жиры-32, Углеводы-102	145-00
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1507, Белки-54, Жиры-65, Углеводы-176	239-00
		<i>А.И. Серова</i> Калькулятор	<i>У.И. К.</i> Заведующая

