
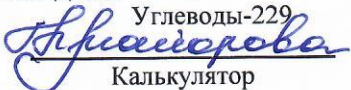


Школа (Школа младшие)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
Завтрак			
100	Тефтели из говядины с рисом (Ежжики) <i>говядина, лук репчатый, масло сливочное, мука, крупа рисовая, масло растительное, соль, томатная паста, морковь, сахар</i>	Калорийность-221, Белки-10, Жиры-15, Углеводы-11	59-57
150	Каша гречневая <i>крупа гречневая, масло сливочное, соль</i>	Калорийность-253, Белки-9, Жиры-8, Углеводы-37	15-28
200	Чай с сахаром <i>сахар, чай черный</i>	Калорийность-60, Углеводы-15	2-47
51	Хлеб пшеничный	Калорийность-120, Белки-4, Углеводы-26	6-55
60	Яблоко печеное <i>яблоки, сахар</i>	Калорийность-59, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-13	10-13
Итого за Завтрак		Калорийность-713, Белки-24, Жиры-24, Углеводы-102	94-00
Обед			
80	салат из морской капусты <i>морская капуста с/мороженная, морковь, лук репчатый, масло растительное, соль</i>	Калорийность-63, Белки-3, Жиры-8, Углеводы-5	12-40
250/12,5	Щи из свежей капусты с картофелем с мясом курицы <i>капуста белокочанная, мясо курицы (без кости), картофель, морковь, лук репчатый, масло растительное, томатная паста, соль</i>	Калорийность-138, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-9	23-26
150	Рыба (филе), тушеная в томате с овощами (80/70) <i>филе минтая св, морковь, лук репчатый, масло растительное, томатная паста, сахар, соль, лист лавровый</i>	Калорийность-198, Белки-14, Жиры-8, Углеводы-6	48-74
150	Картофельное пюре <i>картофель, молоко, масло сливочное, соль</i>	Калорийность-138, Белки-3, Жиры-7, Углеводы-16	18-49
200	Компот из яблок с лимоном <i>яблоки, сахар, лимоны свежие</i>	Калорийность-103, Углеводы-25	13-52
52/52	Хлеб ржано-пшеничный <i>хлеб пшеничный, хлеб ржаной</i>	Калорийность-212, Белки-7, Жиры-1, Углеводы-46	13-40
90	Яблоко печеное <i>яблоки, сахар</i>	Калорийность-89, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-20	15-19
Итого за Обед		Калорийность-941, Белки-33, Жиры-32, Углеводы-127	145-00
Итого за день		Калорийность-1654, Белки-57, Жиры-56, Углеводы-229	239-00
 Директор школы		 Калькулятор	Заведующая