

Школа (Школа младшие)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
Завтрак			
85	Пудинг из творога запеченный <i>творог 9 % жирн., сахар, крупа манная, масло растительное, сметана 15%, мука, ванилин, яйцо, соль</i>	Калорийность-177, Белки-12, Жиры-11, Углеводы-18	60-22
40	Соус молочный сладкий <i>молоко, сахар, масло сливочное, мука</i>	Калорийность-52, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-6	7-08
150	Каша молочная геркулес <i>крупа овсяная геркулес, молоко сухое, масло сливочное, сахар, соль</i>	Калорийность-212, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-25	16-95
200	Чай с сахаром <i>сахар, чай черный</i>	Калорийность-60, Углеводы-15	2-47
49	Батон нарезной	Калорийность-128, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24	7-28
Итого за Завтрак		Калорийность-629, Белки-23, Жиры-22, Углеводы-88	94-00
Обед			
85	Салат из свежих овощей <i>огурцы, помидоры*, капуста белокочанная, морковь, масло растительное, соль</i>	Калорийность-70, Белки-1, Жиры-8, Углеводы-5	18-18
250	Суп картофельный с бобовыми с мясом курицы <i>картофель, мясо курицы (без кости), горох колотый, морковь, лук репчатый, масло сливочное, соль, петрушка</i>	Калорийность-151, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-15	27-95
90	Котлета по-хлыновски <i>говядина, картофель, лук репчатый, свинина, масло растительное, яйцо, мука, соль</i>	Калорийность-156, Белки-11, Жиры-10, Углеводы-5	62-42
150	Рагу из овощей <i>картофель, морковь, соус томатный дп, капуста белокочанная, лук репчатый, масло растительное, томатная паста, мука, масло сливочное, соль, сахар</i>	Калорийность-135, Белки-3, Жиры-8, Углеводы-16	14-68
200	Компот из свежих яблок <i>яблоки, сахар</i>	Калорийность-87, Углеводы-22	8-56
51	Хлеб пшеничный	Калорийность-120, Белки-4, Углеводы-26	6-56
51	Хлеб ржаной	Калорийность-89, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	6-65
Итого за Обед		Калорийность-808, Белки-27, Жиры-34, Углеводы-107	145-00
Итого за день		Калорийность-1437, Белки-50, Жиры-56, Углеводы-195	239-00



Директор школы

С.И.Иванова
Калькулятор

У.И.Иванова
Заведующая