
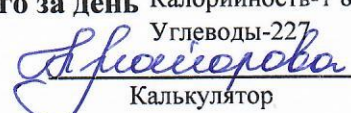
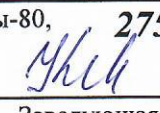


**Школа (Школа старшие)**

| Выход (г)   | Наименование блюда   | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг)                      | Стоимость<br>питания  |
|---|--|---|---|
| <b><u>Завтрак</u></b>   |  |   |   |
| 220   | <b>Каша молочная пшено</b><br><i>крупа пшенная, молоко сухое, масло сливочное, сахар, соль</i>   | Калорийность-271, Белки-9, Жиры-12,<br>Углеводы-45  | <b>24-90</b>  |
| 65  | <b>Омлет натуральный</b><br><i>яйцо, молоко, масло сливочное, соль</i>   | Калорийность-106, Белки-6, Жиры-9,<br>Углеводы-2  | <b>23-75</b>  |
| 200   | <b>Молоко заварное</b><br><i>молоко, сахар, чай черный</i>   | Калорийность-144, Белки-4, Жиры-3,<br>Углеводы-25   | <b>28-44</b>  |
| 49  | <b>Батон нарезной</b>  | Калорийность-128, Белки-4, Жиры-1,<br>Углеводы-25   | <b>7-37</b>   |
| 10/15   | <b>Масло сливочное, сыр</b><br><i>масло сливочное, сыр</i>   | Калорийность-126, Белки-4, Жиры-12,<br>Углеводы-0   | <b>23-54</b>  |
| <b>Итого за Завтрак</b>   |  | Калорийность-775, Белки-27, Жиры-37,<br>Углеводы-97   | <b>108-00</b>   |
| <b><u>Обед</u></b>  |  |   |   |
| 100   | <b>Салат из свежих помидор</b><br><i>помидоры, масло растительное</i>  | Калорийность-102, Белки-1, Жиры-10,<br>Углеводы-3   | <b>30-33</b>  |
| 250/12,5  | <b>Суп картофельный с лапшой<br/>домашней с мясом курицы</b><br><i>картофель, мясо курицы (без кости), макаронные изделия, морковь, лук репчатый, масло растительное, соль</i> | Калорийность-133, Белки-7, Жиры-5,<br>Углеводы-17   | <b>22-05</b>  |
| 65/50   | <b>Гуляш</b><br><i>свинина, лук репчатый, масло растительное, томатная паста, мука, соль</i>   | Калорийность-268, Белки-18, Жиры-20,<br>Углеводы-4  | <b>78-68</b>  |
| 180   | <b>Рис отварной</b><br><i>крупа рисовая, масло сливочное, соль</i>   | Калорийность-263, Белки-5, Жиры-7,<br>Углеводы-44   | <b>17-57</b>  |
| 200   | <b>Компот из смеси</b><br><i>сухофрукты, сахар</i>   | Калорийность-96, Белки-1, Углеводы-23   | <b>6-50</b>   |
| 46  | <b>Хлеб пшеничный</b>  | Калорийность-109, Белки-4, Углеводы-23  | <b>5-89</b>   |
| 46  | <b>Хлеб ржаной</b>   | Калорийность-80, Белки-3, Жиры-1,<br>Углеводы-16  | <b>5-98</b>   |
| <b>Итого за Обед</b>  |  | Калорийность-1051, Белки-39, Жиры-43,<br>Углеводы-130   | <b>167-00</b>   |
| <b>Итого за день</b>  |  | Калорийность-1 826, Белки-66, Жиры-80,<br>Углеводы-227  | <b>275-00</b>   |
| <br>Директор школы |  | <br>Калькулятор | <br>Заведующая |

