

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-11, 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 манная молочная <i>крупа манная, молоко сухое, масло сливочное, соль, молоко восстановленное ультрапастеризованное 2,5%</i>	Калорийность-210, Белки-6, Жиры-9, Углеводы-27	16-67
200	Чай с сахаром <i>сахар, чай черный</i>	Калорийность-60, Углеводы-15	2-47
51	Батон нарезной	Калорийность-133, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27	7-56
Итого за Завтрак		Калорийность-632, Белки-22, Жиры-24, Углеводы-93	94-00

Обед

80	Салат из белокочанной капусты с огурцом <i>капуста белокочанная, огурцы, масло растительное, соль</i>	Калорийность-109, Белки-1, Жиры-8, Углеводы-8	12-19
230	Суп с рыбными консервами <i>картофель, консервы рыбные сайра натуральная с добавлением масла, морковь, лук репчатый, крупа рисовая, масло сливочное, петрушка, соль (консерва 25гр)</i>	Калорийность-153, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-15	34-11
200	Азу (50/150) <i>картофель, говядина, огурцы консервированные, лук репчатый, масло растительное, томатная паста, мука</i>	Калорийность-306, Белки-16, Жиры-17, Углеводы-21	78-69
200	Компот из смеси <i>сухофрукты, сахар</i>	Калорийность-96, Белки-1, Углеводы-23	6-50
53	Хлеб пшеничный	Калорийность-125, Белки-4, Углеводы-27	6-71
53	Хлеб ржаной	Калорийность-92, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-19	6-80
Итого за Обед		Калорийность-881, Белки-33, Жиры-32, Углеводы-113	145-00

Итого за день Калорийность-1513, Белки-55, Жиры-56,
Углеводы-206 **239-00**



Д. И. Игнатьева
Калькулятор

У. И. И.
Заведующая производством