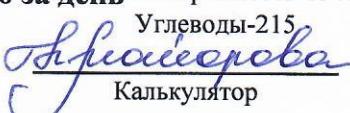
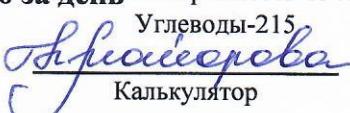


Школа (Школа младшие)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<u>Завтрак</u>			
100/50	Котлеты рыбные любительские с соусом филе минтая св, морковь, яйцо, молоко, хлеб пшеничн, лук репча, масло растит, соль, масло сливочное, томатная	Калорийность-134, Белки-12, Жиры-5, Углеводы-7	46-82
150	Рис отварной крупа рисовая, масло сливочное, соль	Калорийность-219, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-37	14-64
200	Чай с лимоном сахар, лимоны свежие, чай черный	Калорийность-61, Углеводы-15	4-29
50	Хлеб пшеничный	Калорийность-118, Белки-4, Углеводы-25	6-37
130	Яблоко печеное яблоки, сахар	Калорийность-128, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-29	21-88
Итого за Завтрак		Калорийность-660, Белки-21, Жиры-12, Углеводы-113	94-00
<u>Обед</u>			
60	Салат из свежих огурцов с растительным маслом огурцы, масло растительное, соль	Калорийность-62, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-1	19-17
200	Суп с рыбными консервами картофель, консервы рыбные сайра натуральная с добавление масла, морковь, лук репчатый, крупа рисовая, масло сливочное, петрушка, соль (консерва 25гр)	Калорийность-133, Белки-7, Жиры-6, Углеводы-13	34-25
90	Птица запеченная голень куричная, масло растительное, сметана 15%, соль	Калорийность-278, Белки-20, Жиры-21	61-65
150	Макаронные изделия отварные макаронные изделия, масло сливочное, соль	Калорийность-145, Белки-6, Жиры-1, Углеводы-29	10-42
200	Компот из свежих яблок яблоки, сахар	Калорийность-87, Углеводы-22	8-56
43	Хлеб пшеничный	Калорийность-101, Белки-3, Углеводы-22	5-43
43	Хлеб ржаной	Калорийность-75, Белки-6, Жиры-1, Углеводы-15	5-52
Итого за Обед		Калорийность-881, Белки-43, Жиры-35, Углеводы-102	145-00
Итого за день			
		Калорийность-1541, Белки-64, Жиры-47, Углеводы-215	239-00
 Директор школы		Калькулятор	Заведующая



Директор школы


Григорьева

Калькулятор