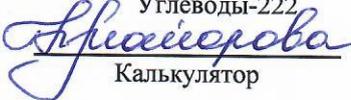
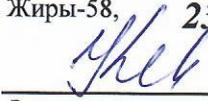


Школа (Школа младшие)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
Завтрак			
100	Тефтели из говядины с рисом (Ежики) (70/30) <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	15-30
200	Чай с сахаром <i>сахар, чай черный</i>	Калорийность-60, Углеводы-15	2-47
50	Хлеб пшеничный	Калорийность-118, Белки-4, Углеводы-25	7-35
55	Яблоко печеное <i>яблоки, сахар</i>	Калорийность-54, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-12	9-31
Итого за Завтрак		Калорийность-706, Белки-24, Жиры-24, Углеводы-100	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	12-48
250/20	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-161, Белки-7, Жиры-10, Углеводы-9	32-37
140	Рыба (филе), тушеная в томате с овощами (70/70) <i>филе минтая св, морковь, лук репчатый, масло растительное, томатная паста, сахар, соль, лист лавровый</i>	Калорийность-143, Белки-13, Жиры-7, Углеводы-6	43-71
150	Картофельное пюре <i>картофель, молоко, масло сливочное, соль</i>	Калорийность-138, Белки-3, Жиры-7, Углеводы-16	19-58
200	Компот из смеси <i>сухофрукты, сахар</i>	Калорийность-96, Белки-1, Углеводы-23	6-50
50	Хлеб пшеничный	Калорийность-118, Белки-4, Углеводы-25	7-35
50	Хлеб ржаной	Калорийность-87, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	7-65
91	Яблоко печеное <i>яблоки, сахар</i>	Калорийность-89, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-20	15-36
Итого за Обед		Калорийность-895, Белки-35, Жиры-34, Углеводы-122	145-00
Итого за день		Калорийность-1 601, Белки-59, Жиры-58, Углеводы-222	239-00
 Директор школы		 Калькулятор	 Заведующая производством