

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
30	Соус молочный сладкий <i>молоко, сахар, масло сливочное, мука</i>	Калорийность-39, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-5	5-31
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
49	Батон нарезной	Калорийность-128, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-25	9-33
Итого за Завтрак		Калорийность-614, Белки-22, Жиры-23, Углеводы-90	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
250	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-166, Белки-9, Жиры-7, Углеводы-16	37-87
240	Азу (40/200) <i>картофель, говядина, огурцы консервированные, лук репчатый, масло растительное, томатная паста, мука</i>	Калорийность-306, Белки-16, Жиры-17, Углеводы-21	72-95
200	Компот из смеси <i>сухофрукты, сахар</i>	Калорийность-96, Белки-1, Углеводы-23	6-50
52	Хлеб пшеничный	Калорийность-122, Белки-4, Углеводы-26	7-60
52	Хлеб ржаной	Калорийность-90, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-19	7-89
Итого за Обед		Калорийность-889, Белки-34, Жиры-33, Углеводы-113	145-00
Итого за день		Калорийность-1 503, Белки-56, Жиры-56, Углеводы-203	239-00



Г. И. Аксенова
Калькулятор

У. И. И.
Заведующая производством