

**Школа (Школа младшие)**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<b>Завтрак</b>			
250	<b>Плов мясной (50/200)</b> <i>свинина, крупа рисовая, морковь, масло растительное, лук репчатый, томатная паста, соль</i>	Калорийность-440, Белки-16, Жиры-16, Углеводы-60	<b>64-88</b>
200	<b>Чай с сахаром</b> <i>сахар, чай черный</i>	Калорийность-60, Углеводы-15	<b>2-80</b>
50	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-118, Белки-4, Углеводы-25	<b>7-35</b>
18	<b>Сыр</b>	Калорийность-61, Белки-5, Жиры-5	<b>18-97</b>
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-679, Белки-25, Жиры-21, Углеводы-100	<b>94-00</b>
<b>Обед</b>			
80	<b>Икра свекольная</b> <i>свекла, лук репчатый, томатная паста, масло растительное, сахар, лимонная кислота</i>	Калорийность-92, Белки-3, Жиры-8, Углеводы-12	<b>12-60</b>
200	<b>Суп Кудрявый</b> <i>картофель, лук репчатый, сметана, морковь, масло сливочное, яйцо, соль</i>	Калорийность-134, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-15	<b>25-32</b>
70/30	<b>Котлеты, биточки (особые) с соусом</b> <i>говядина, свинина, хлеб пш, мука, масло растит, соль, масло сл, томат паста, морковь, лук реп, сахар</i>	Калорийность-199, Белки-9, Жиры-10, Углеводы-6	<b>63-20</b>
150	<b>Макаронные изделия отварные</b> <i>макаронные изделия, масло сливочное, соль</i>	Калорийность-145, Белки-6, Жиры-1, Углеводы-29	<b>11-39</b>
200	<b>Компот из свежих яблок</b> <i>яблоки, сахар</i>	Калорийность-87, Углеводы-22	<b>17-73</b>
49	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-116, Белки-4, Углеводы-25	<b>7-23</b>
49	<b>Хлеб ржаной</b>	Калорийность-85, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	<b>7-53</b>
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-858, Белки-37, Жиры-26, Углеводы-127	<b>145-00</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1535, Белки-62, Жиры-47, Углеводы-227	<b>239-00</b>



Калькулятор

Заведующая производством