

**Школа (Школа старшие)**

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<b>Завтрак</b>			
90	<b>Пудинг из творога запеченный</b> <i>творог 9 % жирн., сахар, крупа манная, масло растительное, сметана 15%, мука, ванилин, яйцо, соль</i>	Калорийность-188, Белки-12, Жиры-11, Углеводы-19	<b>63-99</b>
40	<b>Соус молочный сладкий</b> <i>молоко, сахар, масло сливочное, мука</i>	Калорийность-42, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-5	<b>7-20</b>
210	<b>Каша молочная геркулес</b> <i>крупа овсяная геркулес, молоко сухое, масло сливочное, соль</i>	Калорийность-297, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-35	<b>24-08</b>
200	<b>Чай с сахаром</b> <i>сахар, чай черный</i>	Калорийность-60, Углеводы-15	<b>2-80</b>
52	<b>Батон нарезной</b>	Калорийность-136, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27	<b>9-93</b>
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-723, Белки-25, Жиры-24, Углеводы-101	<b>108-00</b>
<b>Обед</b>			
70	<b>Салат из свежих овощей</b> <i>огурцы, помидоры*, капуста белокочанная, морковь, масло растительное, соль</i>	Калорийность-85, Белки-1, Жиры-7, Углеводы-3	<b>20-22</b>
250	<b>Суп картофельный с бобовыми</b> <i>картофель, горох колотый, морковь, лук репчатый, масло сливочное, соль, петрушка</i>	Калорийность-118, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-15	<b>22-52</b>
90	<b>Котлета по-хлыновски</b> <i>говядина, картофель, лук репчатый, свинина, масло растительное, яйцо, мука, соль</i>	Калорийность-176, Белки-11, Жиры-10, Углеводы-5	<b>67-60</b>
180	<b>Рагу из овощей</b> <i>картофель, морковь, соус томатный дп, капуста белокочанная, лук репчатый, масло растительное, томатная паста, мука, масло сливочное, соль, сахар</i>	Калорийность-186, Белки-4, Жиры-10, Углеводы-16	<b>30-25</b>
200	<b>Компот из смеси сухофруктов</b> <i>сухофрукты, сахар</i>	Калорийность-96, Белки-1, Углеводы-23	<b>11-67</b>
50	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-113, Белки-4, Углеводы-24	<b>7-35</b>
50	<b>Хлеб ржаной</b>	Калорийность-87, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	<b>7-65</b>
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-861, Белки-26, Жиры-32, Углеводы-104	<b>167-00</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 584, Белки-51, Жиры-56, Углеводы-205	<b>275-00</b>



Калькулятор

Заведующая производством