

Школа (Школа младшие)

| Выход (г) | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания |
|-----------|--------------------|--|----------------------|
|-----------|--------------------|--|----------------------|

Завтрак

| | | | |
|-------------------------|--|--|-------|
| 125 | Птица (голень) тушеная в соусе (100/25) <i>голень куринная, морковь, лук репчатый, сметана 15%, масло растительное, мука</i> | Калорийность-178, Белки-13, Жиры-10, Углеводы-9 | 71-94 |
| 150 | Макаронные изделия отварные <i>макаронные изделия, масло сливочное, соль</i> | Калорийность-145, Белки-6, Жиры-1, Углеводы-29 | 10-42 |
| 200 | Чай с лимоном <i>сахар, лимоны свежие, чай черный</i> | Калорийность-61, Углеводы-15 | 4-29 |
| 50 | Хлеб пшеничный | Калорийность-118, Белки-4, Углеводы-25 | 7-35 |
| Итого за Завтрак | | Калорийность-502, Белки-23, Жиры-11, Углеводы-78 | 94-00 |

Обед

| | | | |
|----------------------|---|---|--------|
| 80 | Салат из свеклы с сыром <i>свекла, масло растительное, сыр</i> | Калорийность-118, Белки-2, Жиры-10, Углеводы-9 | 11-69 |
| 200/10 | Суп из овощей с мясом <i>картофель, капуста белокочанная, говядина, морковь, лук репчатый, горошек зеленый консервы, масло растительное, соль, петрушка</i> | Калорийность-102, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-7 | 25-21 |
| 200 | Плов мясной (50/150) <i>свинина, крупа рисовая, морковь, масло растительное, лук репчатый, томатная паста, соль</i> | Калорийность-352, Белки-15, Жиры-15, Углеводы-39 | 70-21 |
| 200 | Кисель из свежих ягод <i>смородина св, сахар, крахмал картофельный</i> | Калорийность-87, Углеводы-22 | 22-67 |
| 51 | Хлеб пшеничный | Калорийность-120, Белки-4, Углеводы-26 | 7-46 |
| 51 | Хлеб ржаной | Калорийность-89, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18 | 7-76 |
| Итого за Обед | | Калорийность-868, Белки-28, Жиры-32, Углеводы-121 | 145-00 |
| Итого за день | | Калорийность-1 370, Белки-51, Жиры-43, Углеводы-199 | 239-00 |



Директор школы

А.И.Исмаилов
Калькулятор

М.И.Исмаилов
Заведующая производством