




Школа (Школа младшие)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
Завтрак			
200	Каша Дружба <i>крупа рисовая, молоко сухое, крупа пшеничная, масло сливочное, сахар, соль</i>	Калорийность-285, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-35	22-92
65	Омлет натуральный <i>яйцо, молоко, масло сливочное, соль</i>	Калорийность-106, Белки-6, Жиры-9, Углеводы-2	23-79
200	Кофейный напиток (молоко цельное) <i>молоко, сахар, кофейный напиток</i>	Калорийность-79, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-16	20-99
50	Батон нарезной	Калорийность-131, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-26	9-60
15	сыр <i>масло сливочное, сыр</i>	Калорийность-51, Белки-4, Жиры-4	16-70
Итого за Завтрак		Калорийность-652, Белки-25, Жиры-26, Углеводы-79	94-00
Обед			
80	Салат из белокочанной капусты <i>капуста белокочанная, морковь, масло растительное, лук репчатый, сахар, соль, лимонная кислота</i>	Калорийность-109, Белки-2, Жиры-8, Углеводы-7	14-54
200	Рассольник ленинградский <i>картофель, огурцы консервированные, морковь, крупа рисовая, лук репчатый, масло растительное, соль</i>	Калорийность-97, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-13	17-85
200	Голубцы ленивые (масса) <i>капуста белокочанная, говядина, крупа рисовая, лук репчатый, морковь, масло растительное</i>	Калорийность-261, Белки-17, Жиры-16, Углеводы-13	86-32
200	Компот из смеси сухофруктов, сахар	Калорийность-96, Белки-1, Углеводы-23	11-67
49	Хлеб пшеничный	Калорийность-115, Белки-4, Углеводы-25	7-16
49	Хлеб ржаной	Калорийность-85, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	7-46
Итого за Обед		Калорийность-763, Белки-29, Жиры-29, Углеводы-99	145-00
Итого за день		Калорийность-1415, Белки-54, Жиры-55, Углеводы-178	239-00
 Директор школы		 Калькулятор	 Заведующая производством