

## Школа (Школа старшие)

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

Завтрак

95	<b>Пудинг из творога запеченный</b> <small>творог 9 % жирн., сахар, крупа манная, масло растительное, сметана 15%, мука, ванилин, яйцо, соль</small>	Калорийность-198, Белки-12, Жиры-12, Углеводы-20	63-99
45	<b>Соус молочный сладкий</b> <small>молоко, сахар, масло сливочное, мука</small>	Калорийность-59, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-7	8-10
200	<b>Каша манная молочная</b> <small>крупа манная, молоко сухое, масло сливочное, соль, молоко восстановленное ультрапастеризованное 2,5%</small>	Калорийность-280, Белки-8, Жиры-12, Углеводы-36	23-26
200	<b>Чай с сахаром</b> <small>сахар, чай черный</small>	Калорийность-60, Углеводы-15	2-80
51	<b>Батон нарезной</b>	Калорийность-134, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27	9-85
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-731, Белки-25, Жиры-28, Углеводы-105	108-00

Обед

70	<b>Салат из белокочанной капусты с огурцом</b> <small>капуста белокочанная, огурцы, масло растительное, соль</small>	Калорийность-96, Белки-1, Жиры-7, Углеводы-7	16-01
250	<b>Суп с рыбными консервами</b> <small>картофель, консервы рыбные саира натуральная с обвалением масла, морковь, лук репчатый, крупа рисовая, масло сливочное, петрушка, соль (консервы 15 грамм)</small>	Калорийность-166, Белки-9, Жиры-7, Углеводы-16	39-94
210	<b>Азу (60/150)</b> <small>картофель, свинина, огурцы консервированные, лук репчатый, масло растительное, томатная паста, мука</small>	Калорийность-367, Белки-18, Жиры-12, Углеводы-26	83-57
200	<b>Компот из смеси</b> <small>сухофрукты, сахар</small>	Калорийность-96, Белки-1, Углеводы-23	11-67
53	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-125, Белки-4, Углеводы-27	7-75
53	<b>Хлеб ржаной</b>	Калорийность-92, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-19	8-06
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-942, Белки-36, Жиры-27, Углеводы-118	167-00

**Итого за день** Калорийность-1 673, Белки-61, Жиры-55, Углеводы-223 **275-00**



Директор школы

*С.И. Айдарова*  
Калькулятор

*М.С. Жидков*  
Заведующая производством