

**Школа (Школа младшие)**

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

**Завтрак**

70	<b>Пудинг из творога запеченный</b> <small>творог 9 % жирн., сахар, крупа манная, масло сливочное, сметана 15%, мука, ванилин, яйцо, соль</small>	Калорийность-146, Белки-10, Жиры-9, Углеводы-15	<b>56-10</b>
15	<b>Повидло</b>	Калорийность-44, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-8	<b>4-56</b>
185	<b>Каша манная молочная</b> <small>крупа манная, молоко сухое, масло сливочное, соль, молоко восстановленное ультрапастеризованное 2,5%</small>	Калорийность-258, Белки-7, Жиры-11, Углеводы-33	<b>24-78</b>
200	<b>Чай с сахаром</b> <small>сахар, чай черный</small>	Калорийность-61, Углеводы-15	<b>2-80</b>
30	<b>Батон нарезной</b>	Калорийность-131, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-26	<b>5-76</b>
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-640, Белки-22, Жиры-22, Углеводы-97	<b>94-00</b>

**Обед**

60	<b>Салат из морской капусты</b> <small>морская капуста с/мороженная, морковь, лук репчатый, масло растительное, соль</small>	Калорийность-63, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-5	<b>10-09</b>
200	<b>Борщ сибирский</b> <small>свекла, картофель, фасоль консервированная, сметана, морковь, лук репчатый, масло растительное, томатная паста, соль, сахар, чеснок</small>	Калорийность-83, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-11	<b>24-42</b>
100	<b>Птица запеченная</b> <small>голень (бедро) куриная, масло растительное, сметана 15%, соль</small>	Калорийность-309, Белки-22 Жиры-26	<b>62-87</b>
150	<b>Макаронные изделия отварные</b> <small>макаронные изделия, масло сливочное, соль</small>	Калорийность-145, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-29	<b>17-39</b>
200	<b>Кисель из свежих ягод</b> <small>клубника св, сахар, крахмал картофельный, смородина св</small>	Калорийность-87, Углеводы-22	<b>15-57</b>
47	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-111, Белки-4, Углеводы-24	<b>7-01</b>
50	<b>Хлеб ржаной</b>	Калорийность-87, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	<b>7-65</b>
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-885, Белки-41, Жиры-44, Углеводы-109	<b>145-00</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 525, Белки-63, Жиры-66, Углеводы-206	<b>239-00</b>



Калькулятор

Заведующая производством