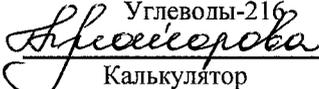
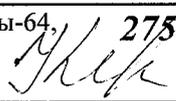


Школа (Школа старшие)

| Выход (г) | Наименование блюда | зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания |
|---|--|---|---|
| <u>Завтрак</u> | | | |
| 260 | Плов мясной (200/60) <i>свинина, крупа рисовая, морковь, масло растительное, лук репчатый, томатная паста, соль</i> | Калорийность-402, Белки-19, Жиры-17, Углеводы-43 | 78-61 |
| 200 | Чай с лимоном <i>сахар, лимоны свежие, чай черный</i> | Калорийность-61, Углеводы-15 | 6-45 |
| 50 | Хлеб пшеничный | Калорийность-118, Белки-4, Углеводы-25 | 7-35 |
| 15 | Сыр | Калорийность-54, Белки-4, Жиры-4 | 15-59 |
| Итого за Завтрак | | Калорийность-635, Белки-27, Жиры-21, Углеводы-83 | 108-00 |
| <u>Обед</u> | | | |
| 120 | Салат из свеклы с сыром <i>свекла, масло растительное, сыр</i> | Калорийность-177, Белки-3, Жиры-15, Углеводы-9 | 24-28 |
| 250/20 | Бульон куриный с гренкой <i>куры, хлеб пшеничный, мясо курицы (без кости), морковь, лук репчатый, петрушка, соль, яйцо</i> | Калорийность-117, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-10 | 31-48 |
| 260 | Жаркое с печеню (60/200) <i>картофель, печень, лук репчатый, томат-паста, масло растительное, соль</i> | Калорийность-362, Белки-21, Жиры-20, Углеводы-49 | 73-55 |
| 200 | Кисель из свежих ягод <i>смородина св, сахар, крахмал картофельный</i> | Калорийность-87, Углеводы-22 | 22-69 |
| 50 | Хлеб пшеничный | Калорийность-118, Белки-4, Углеводы-25 | 7-35 |
| 50 | Хлеб ржаной | Калорийность-87, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18 | 7-65 |
| Итого за Обед | | Калорийность-948, Белки-36, Жиры-43, Углеводы-133 | 167-00 |
| Итого за день | | Калорийность-1 583, Белки-63, Жиры-64, Углеводы-216 | 275-00 |
|  Директор школы | |  Калькулятор |  Заведующая производством |