

Школа (Школа младшие)

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

Завтрак

| | | | |
|--------|---|---|-------|
| 250 | Плов мясной | Калорийность-387, Белки-17, Жиры-16, Углеводы-43 | 69-27 |
| 50/200 | свинина, крупа рисовая, морковь, масло растительное, лук репчатый, томатная паста, соль | | |
| 200 | Чай с лимоном | Калорийность-61, Углеводы-15 | 6-45 |
| | сахар, лимоны свежие, чай черный | | |
| 50 | Хлеб пшеничный | Калорийность-118, Белки-4, Углеводы-25 | 7-35 |
| 10 | Сыр | Калорийность-36, Белки-3, Жиры-3 | 10-93 |


Итого за Завтрак Калорийность-602, Белки-24, Жиры-19, Углеводы-83 **94-00**

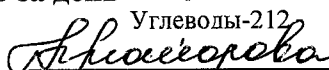
Обед

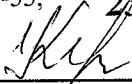
| | | | |
|----------|--|---|-------|
| 80 | Салат из свеклы с сыром | Калорийность-118, Белки-2, Жиры-10, Углеводы-6 | 15-65 |
| | свекла, масло растительное, сыр | | |
| 250/12,5 | Бульон куриный с гренкой | Калорийность-95, Белки-4 Жиры-6, Углеводы-9 | 24-71 |
| | куры, хлеб пшеничный, мясо курицы (без кости), морковь, лук репчатый, петрушка, соль, яйцо | | |
| 250 | Жаркое с печенью (200/50) | Калорийность-352, Белки-19, Жиры-19, Углеводы-49 | 66-95 |
| | картофель, печень, лук репчатый, томат-паста, масло растительное, соль | | |
| 200 | Кисель из свежих ягод | Калорийность-87, Углеводы-22 | 22-69 |
| | смородина св, сахар, крахмал картофельный | | |
| 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-857, Белки-32, Жиры-36, Углеводы-129 **145-00**

Итого за день Калорийность-1 459, Белки-56, Жиры-55, Углеводы-212 **239-00**


Директор школы


Калькулятор


Заведующая производством