

**Школа (Школа младшие)**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<b><u>Завтрак</u></b>			
200	<b>Плов мясной (50/150)</b> <i>свинина, крупа рисовая, морковь, масло растительное, лук репчатый, томатная паста, соль</i>	Калорийность-352, Белки-15, Жиры-15, Углеводы-39	<b>62-18</b>
200	<b>Чай с лимоном</b> <i>сахар, лимоны свежие, чай черный</i>	Калорийность-61, Углеводы-15	<b>6-45</b>
60	<b>Батер бат(50/10)</b> <i>булочка, масло сливочное</i>	Калорийность-206, Белки-4, Жиры- 9, Углеводы-25	<b>36-15</b>
67	<b>Яблоко печеное</b> <i>яблоки, сахар</i>	Калорийность-66, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	<b>25-22</b>
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-685, Белки-20, Жиры-25, Углеводы-94	<b>130-00</b>
<b><u>Обед</u></b>			
110	<b>Салат из свеклы с сыром</b> <i>свекла, масло растительное, сыр</i>	Калорийность-162, Белки-3, Жиры-13, Углеводы-8	<b>21-83</b>
250/20	<b>Бульон куриный с гренкой</b> <i>хлеб пшеничный, филе куриное, морковь, лук репчатый, петрушка, соль, яйцо</i>	Калорийность-117, Белки-6 Жиры-8, Углеводы-9	<b>38-52</b>
200/50	<b>Жаркое с печенью</b> <i>картофель, печень говяжья замороженная, лук репчатый, томатная паста, масло растительное, соль</i>	Калорийность-352, Белки-19, Жиры-19, Углеводы-49	<b>66-95</b>
200	<b>Кисель из свежих ягод</b> <i>смородина св, сахар, крахмал картофельный</i>	Калорийность-87, Углеводы-22	<b>22-70</b>
50	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-118, Белки-4, Углеводы-25	<b>7-35</b>
50	<b>Хлеб ржаной</b>	Калорийность-87, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	<b>7-65</b>
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-923, Белки-35, Жиры-41, Углеводы-131	<b>165-00</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 608, Белки-55, Жиры-66, Углеводы-225	<b>295-00</b>



Калькулятор

Заведующая производством