

Школа (Школа младшие)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<u>Завтрак</u>			
200	Каша молочная пшено <i>крупа пшенная, молоко сухое, масло сливочное, сахар, соль</i>	Калорийность-271, Белки-9, Жиры-11, Углеводы-44	35-51
80	Омлет натуральный <i>яйцо, молоко, масло сливочное, соль</i>	Калорийность-130, Белки-7, Жиры-10, Углеводы-2	32-02
200	Чай с лимоном <i>сахар, лимоны свежие, чай черный</i>	Калорийность-61, Углеводы-15	6-45
50	Батон нарезной	Калорийность-131, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-26	9-60
10	Сыр	Калорийность-36, Белки-3, Жиры-3	10-42
Итого за Завтрак		Калорийность-629, Белки-23, Жиры-25, Углеводы-87	94-00
<u>Обед</u>			
200	Рассольник ленинградский <i>картофель, огурцы консервированные, морковь, крупа рисовая, лук репчатый, масло растительное, соль</i>	Калорийность-97, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-13	16-43
100	Мясо в кисло-сладком соусе (70/30) <i>свинина, лук репчатый, хлеб ржаной, сахар, масло сливочное, томатная паста, соль</i>	Калорийность-379, Белки-24, Жиры-25, Углеводы-15	82-81
150	Макаронные изделия отварные (спагетти) <i>спагетти, масло сливочное, соль</i>	Калорийность-174, Белки-7, Жиры-1, Углеводы-35	19-09
200	Компот из смеси сухофруктов <i>сухофрукты, сахар</i>	Калорийность-96, Белки-1, Углеводы-23	11-67
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-951, Белки-41, Жиры-31, Углеводы-129	145-00
Итого за день		Калорийность-1 580, Белки-64, Жиры-56, Углеводы-216	239-00



Директор школы

А.И.Иванова
Калькулятор

У.И.Иванова
Заведующая производством