

## Школа (Школа младшие)

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

Завтрак

100	<b>Курица (филе) тушеная в сметанном соусе с морковью</b> <small>филе куриное, морковь, лук репчатый, сметана 15%, мука, масло растительное, соль</small>	Калорийность-139, Белки-14, Жиры-6, Углеводы-4	51-38
150	<b>Каша гречневая</b> <small>крупа гречневая, масло сливочное, соль</small>	Калорийность-253, Белки-9, Жиры-8, Углеводы-37	22-31
200	<b>Чай с сахаром</b> <small>сахар, чай черный</small>	Калорийность-60, Углеводы-15	2-80
50	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-118, Белки-4, Углеводы-25	7-35
10	<b>Сыр</b> <small>сыр</small>	Калорийность-34, Белки-3, Жиры-3	10-16

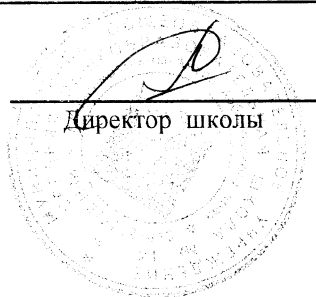
**Итого за Завтрак** Калорийность-604, Белки-30, Жиры-17, Углеводы-81 **94-00**

Обед

250	<b>Суп картофельный с бобовыми</b> <small>картофель, горох колотый, морковь, лук репчатый, масло сливочное, соль, петрушка</small>	Калорийность-118, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-15	25-88
80	<b>Котлета по-хлыновски</b> <small>говядина, картофель, лук репчатый, свинина, масло растительное, яйцо, мука, соль</small>	Калорийность-159, Белки-11, Жиры-10, Углеводы-5	68-58
150	<b>Рагу из овощей</b> <small>картофель, морковь, соус томатный оп, капуста белокочанная, лук репчатый, масло растительное, томатная паста, мука, масло сливочное, соль, сахар</small>	Калорийность-135, Белки-3, Жиры-8, Углеводы-13	26-93
200	<b>Компот из смеси сухофруктов</b> <small>сухофрукты, сахар</small>	Калорийность-96, Белки-1, Углеводы-23	11-67
50	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-118, Белки-4, Углеводы-25	7-35
30	<b>Хлеб ржаной</b>	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-11	4-59

**Итого за Обед** Калорийность-678, Белки-23, Жиры-22, Углеводы-92 **145-00**

**Итого за день** Калорийность-1 282, Белки-53, Жиры-39, Углеводы-173 **239-00**



Директор школы

*А. Райсера*  
Калькулятор

*Ж*  
Заведующая производством