

Школа (Школа младшие)

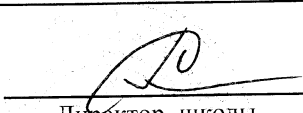
Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
-----------	--------------------	--	----------------------

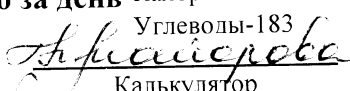
Завтрак

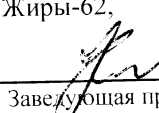
70	Пудинг из творога запеченный <i>творог 9 % жирн., сахар, крупа манная, масло растительное, сметана 15%, мука, ванилин, яйцо, соль</i>	Калорийность-146, Белки-10, Жиры-9, Углеводы-15	52-71
15	Джем фруктовый	Калорийность-44, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-8	5-00
185	Каша манная молочная <i>крупа манная, молоко сухое, масло сливочное, соль, молоко восстановленное ультрапастеризованное 2,5%</i>	Калорийность-258, Белки-7, Жиры-11, Углеводы-33	27-73
200	Чай с сахаром <i>сахар, чай черный</i>	Калорийность-61, Углеводы-15	2-80
30	Батон нарезной	Калорийность-79, Белки-2, Углеводы-16	5-76
Итого за Завтрак		Калорийность-588, Белки-20, Жиры-21 Углеводы-87	94-00

Обед

50	салат из морской капусты <i>морская капуста с/мороженная, морковь, лук репчатый, масло растительное, соль</i>	Калорийность-63, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-5	8-81
250	Борщ сибирский <i>свекла, картофель, фасоль консервированная, сметана, морковь, лук репчатый, масло растительное, томатная паста, соль, сахар, чеснок</i>	Калорийность-116, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-14	30-53
90	Птица запеченная <i>голень куриная, масло растительное, сметана 15%, соль</i>	Калорийность-309, Белки-22, Жиры-26	56-58
150	Макаронные изделия отварные <i>макаронные изделия, масло сливочное, соль</i>	Калорийность-145, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-29	17-39
200	Кисель из свежих ягод <i>смородина св, сахар, крахмал картофельный</i>	Калорийность-97, Углеводы-22	22-69
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15	4-41
30	Хлеб ржаной	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-11	4-59
Итого за Обед		Калорийность-853, Белки-39, Жиры-41, Углеводы-96	145-00
Итого за день		Калорийность-1 441, Белки-59, Жиры-62, Углеводы-183	239-00


 Директор школы


 Калькулятор


 Заведующая производством