

Школа (Школа старшие)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
Завтрак			
100	Биточки по-белорусски <small>свинина, молоко, лук репчатый, масло растительное, соль, яйцо</small>	Калорийность-274, Белки-15, Жиры-16, Углеводы-2	60-61
180	Рис с овощами <small>крупа рисовая, морковь, лук репчатый, кукуруза, масло растит, масло слив, соль</small>	Калорийность-313, Белки-5, Жиры-16, Углеводы-57	31-28
200	Чай с шиповником <small>сахар, шиповник сушеный, чай черный</small>	Калорийность-63, Углеводы-15	3-94
65/11	Бутер чиз с маслом сливочном <small>булочка сдобная, сыр,масло сливочное</small>	Калорийность-267, Белки-8, Жиры-13, Углеводы-26	59-17
Итого за Завтрак		Калорийность-917, Белки-28, Жиры-45, Углеводы-100	155-00
Обед			
80	Салат из свежей капусты с кукурузой <small>капуста белокочанная, кукуруза консервированная, морковь, масло растительное, сахар</small>	Калорийность-96, Белки-1, Жиры-8, Углеводы-5	13-60
250/12,5	Суп-лапша домашняя <small>макаронные изделия яичные (лапша), мясо курицы (без кости), лук репчатый, масло сливочное</small>	Калорийность-169, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-18	33-87
100/40	Оладьи из печени по- кунцевски с соусом <small>печень говяжья замор, мука, морковь, масло растит, яйцо, масло слив, томатная паста, лук реп, сахар, соль</small>	Калорийность-251, Белки-18, Жиры-14, Углеводы-15	60-11
180	Картофельное пюре <small>картофель, молоко, масло сливочное, соль</small>	Калорийность-166, Белки-5, Жиры-8, Углеводы-19	44-69
200	Компот из свежих яблок <small>яблоки, сахар</small>	Калорийность-87, Углеводы-22	17-73
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-974, Белки-39, Жиры-38, Углеводы-122	185-00
Итого за день		Калорийность-1891, Белки-67, Жиры-83, Углеводы-222	340-00
 Директор школы		 Калькулятор	 Заведующая производством