
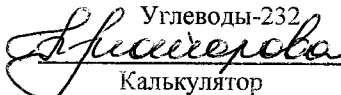
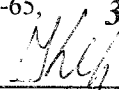


Школа (Школа старшие)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
Завтрак			
180	Макароны с сыром (150/30) <i>макаронные изделия, сыр, масло сливочное, соль</i>	Калорийность-247, Белки-11, Жиры-9, Углеводы-31	47-15
50	Яйца вареные	Калорийность-63, Белки-5, Жиры-5	17-10
200	Молоко заварное <i>молоко, сахар, чай черный</i>	Калорийность-87, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-18	28-95
50	Хлеб пшеничный	Калорийность-118, Белки-4, Углеводы-25	7-35
145	Яблоко печеное/Фрукт <i>яблоки, сахар</i>	Калорийность-142, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-31	54-45
Итого за Завтрак		Калорийность-657, Белки-26, Жиры-18, Углеводы-105	155-00
Обед			
90	салат из морской капусты <i>морская капуста с/мороженная, морковь, лук репчатый, масло растительное, соль</i>	Калорийность-81, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-6	15-22
250/12,5	Суп картофельный с бобовыми с мясом курицы <i>картофель, горох колотый, мясо курицы (без кости), морковь, лук репчатый, масло сливочное, соль, петрушка</i>	Калорийность-148, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-15	38-85
110	Птица запеченная <i>голень куриная, масло растительное, сметана 15%, соль</i>	Калорийность-354, Белки-24, Жиры-29	69-16
180	Рис отварной <i>крупа рисовая, масло сливочное, соль</i>	Калорийность-246, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-41	29-04
200	Компот из свежих яблок <i>яблоки, сахар</i>	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-1121, Белки-45, Жиры-47, Углеводы-127	185-00
Итого за день		Калорийность-1 778, Белки-71, Жиры-65, Углеводы-232	340-00
 Директор школы		 Калькулятор	 Заведующая производством