

**Школа (Школа младшие)**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<b><u>Завтрак</u></b>			
100	<b>Пудинг из творога запеченный</b> <i>творог 9 % жирн., сахар, крупа манная, масло сливочное, сметана 15%, мука, ванилин, яйцо, соль</i>	Калорийность-208, Белки-14, Жиры-13, Углеводы-21	<b>80-15</b>
20	<b>Повидло</b>	Калорийность-53, Углеводы-14	<b>6-08</b>
210	<b>Суп молочный с крупой гречневой</b> <i>молоко, крупа гречневая, масло сливочное, сахар</i>	Калорийность-248, Белки-8, Жиры-5, Углеводы-45	<b>30-71</b>
200	<b>Чай с сахаром</b> <i>сахар, чай черный</i>	Калорийность-60, Углеводы-15	<b>2-80</b>
53	<b>Батон нарезной</b>	Калорийность-139, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-28	<b>10-26</b>
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-708, Белки-26, Жиры-19, Углеводы-123	<b>130-00</b>
<b><u>Обед</u></b>			
80	<b>Салат из белокочанной капусты с огурцом</b> <i>капуста белокочанная, огурцы, масло растительное, соль</i>	Калорийность-65, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-4	<b>18-16</b>
220/12,5	<b>Суп Кудрявый</b> <i>картофель, мясо курицы (без кости), лук репчатый, сметана, морковь, масло сливочное, яйцо, соль</i>	Калорийность-184, Белки-8, Жиры-8, Углеводы-16	<b>43-01</b>
90/30	<b>Котлета по-хлыновски</b> <i>свинина, картофель, лук репчатый, масло раст, мука, соль, яйцо, масло сл, томат паста, морковь, сахар</i>	Калорийность-178, Белки-11, Жиры-11, Углеводы-7	<b>58-43</b>
150	<b>Макаронные изделия отварные (спагетти)</b> <i>спагетти, масло сливочное, соль</i>	Калорийность-174, Белки-7, Жиры-6, Углеводы-35	<b>19-09</b>
200	<b>Компот из смеси сухофруктов</b> <i>сухофрукты, сахар</i>	Калорийность-96, Белки-1, Углеводы-23	<b>11-67</b>
50	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-118, Белки-4, Углеводы-25	<b>7-35</b>
47	<b>Хлеб ржаной</b>	Калорийность-82, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-17	<b>7-29</b>
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-897, Белки-35, Жиры-32, Углеводы-127	<b>165-00</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1605, Белки-61, Жиры-51, Углеводы-250	<b>295-00</b>



Калькулятор

Заведующая производством