

## Школа (Школа младшие)

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

Завтрак

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	80-15
45	<b>Повидло</b>	Калорийность-132, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-24	13-70
150	<b>Каша манная молочная</b> <i>крупа манная, молоко сухое, масло сливочное, соль, молоко восстановленное ультрапастеризованное 2,5%</i>	Калорийность-210, Белки-6, Жиры-9, Углеводы-27	20-10
200	<b>Чай с лимоном</b> <i>сахар, лимоны свежие, чай черный</i>	Калорийность-61, Углеводы-15	6-45
50	<b>Батон нарезной</b>	Калорийность-131, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-26	9-60
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-742, Белки-27, Жиры-26, Углеводы-113	130-00

Обед

100	<b>салат из морской капусты</b> <i>морская капуста с/мороженная, морковь, лук репчатый, масло растительное, соль</i>	Калорийность-63, Белки-3, Жиры-8, Углеводы-5	16-83
250	<b>Борщ сибирский</b> <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
100	<b>Птица запеченная</b> <i>голень куриная, масло растительное, сметана 15%, соль</i>	Калорийность-309, Белки-22, Жиры-26	62-87
150	<b>Макаронные изделия отварные</b> <i>макаронные изделия, масло сливочное, соль</i>	Калорийность-145, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-29	17-39
200	<b>Кисель из свежих ягод</b> <i>смородина св, сахар, крахмал картофельный</i>	Калорийность-87, Углеводы-22	22-69
48	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-113, Белки-4, Углеводы-24	7-04
50	<b>Хлеб ржаной</b>	Калорийность-87, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	7-65
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-920, Белки-42, Жиры-44, Углеводы-112	165-00

**Итого за день** Калорийность-1 662, Белки-69, Жиры-70, Углеводы-225 **295-00**



*С.И. Серова*  
Калькулятор

*И.И. И.*  
Заведующая производством