

Школа (Школа младшие)

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

Завтрак

100	Пудинг из творога запеченный <small>творог 9 % жирн., сахар, крупа манная, масло сливочное, сметана 15%, мука, ванилин, яйцо, соль</small>	Калорийность-208, Белки-14, Жиры-13, Углеводы-21	80-15
45	Повидло	Калорийность-132, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-24	13-70
150	Каша манная молочная <small>крупа манная, молоко сухое, масло сливочное, соль, молоко восстановленное ультрапастеризованное 2,5%</small>	Калорийность-210, Белки-6, Жиры-9, Углеводы-27	20-10
200	Чай с лимоном <small>сахар, лимоны свежие, чай черный</small>	Калорийность-61, Углеводы-15	6-45
50	Батон нарезной	Калорийность-131, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-26	9-60
Итого за Завтрак		Калорийность-742, Белки-27, Жиры-26, Углеводы-113	130-00

Обед

60	Салат из свежих огурцов с растительным маслом <small>огурцы, масло растительное, соль</small>	Калорийность-61, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-1	29-75
200	Борщ сибирский <small>свекла, картофель, фасоль консервированная, сметана, морковь, лук репчатый, масло растительное, томатная паста, соль, сахар, чеснок</small>	Калорийность-116, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-14	24-42
100	Птица запеченная <small>золень куриная, масло растительное, сметана 15%, соль</small>	Калорийность-309, Белки-22, Жиры-26	62-87
150	Макаронные изделия отварные <small>макаронные изделия, масло сливочное, соль</small>	Калорийность-174, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-29	17-39
200	Кисель из свежих ягод <small>клубника св, сахар, крахмал картофельный</small>	Калорийность-87, Углеводы-22	15-57
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-952, Белки-40, Жиры-43, Углеводы-109	165-00
Итого за день		Калорийность-1 694, Белки-67, Жиры-69, Углеводы-222	295-00



Директор школы

Л. С. Сидорова
Калькулятор

Усер
Заведующая производством