

Школа (Школа младшие)

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

Завтрак

100	Биточки по-белорусски <i>свинина, молоко, лук репчатый, масло растительное, соль, яйцо</i>	Калорийность-274, Белки-15, Жиры-16, Углеводы-2	60-61
150	Рис с овощами <i>крупа рисовая, морковь, лук репчатый, кукуруза, масло растит, масло слив, соль</i>	Калорийность-261, Белки-4, Жиры-13, Углеводы-32	26-07
200	Чай с шиповником <i>сахар, шиповник сушеный, чай черный</i>	Калорийность-63, Углеводы-15	3-94
65	Бутер чиз <i>булочка сдобная, сыр</i>	Калорийность-185, Белки-8, Жиры-5, Углеводы-26	39-38
Итого за Завтрак		Калорийность-783, Белки-27, Жиры-34, Углеводы-75	130-00

Обед

70	Салат из свежей капусты с кукурузой <i>капуста белокочанная, кукуруза консервированная, морковь, масло растительное, сахар</i>	Калорийность-84, Белки-1, Жиры-7, Углеводы-4	11-90
200/12,5	Суп-лапша домашняя <i>макаронные изделия яичные (лапша), мясо курицы (без кости), лук репчатый, масло сливочное</i>	Калорийность-139, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-18	29-77
90/30	Оладьи из печени по-кунцевски с соусом <i>печень говяжья, замор, мука, морковь, масло растит, яйцо, масло слив, томатная паста, лук реп, сахар, соль</i>	Калорийность-221, Белки-16, Жиры-12, Углеводы-13	52-98
150	Картофельное пюре <i>картофель, молоко, масло сливочное, соль</i>	Калорийность-138, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-16	37-24
200	Компот из свежих яблок <i>яблоки, сахар</i>	Калорийность-87, Углеводы-22	17-73
53	Хлеб пшеничный	Калорийность-125, Белки-4, Углеводы-27	7-73
50	Хлеб ржаной	Калорийность-87, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	7-65
Итого за Обед		Калорийность-881, Белки-34, Жиры-31, Углеводы-118	165-00

Итого за день

Калорийность-1664, Белки-61, Жиры-65,
Углеводы-193

295-00



Григорьева
Калькулятор

Чел
Заведующая производством