

Школа (Школа младшие)

Код (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
Завтрак			
220	Суп молочный с крупой рисовой <i>молоко, крупа рисовая, масло сливочное, сахар</i>	Калорийность-146, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-18	32-90
100	Омлет натуральный <i>яйцо, молоко, масло сливочное, соль</i>	Калорийность-163, Белки-9, Жиры-13, Углеводы-2	40-03
70	Чай с лимоном <i>чай, лимоны свежие, чай черный</i>	Калорийность-61, Углеводы-15	6-45
100	Битон нарезной	Калорийность-131, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-26	9-60
100	Масло сливочное, сыр <i>масло сливочное, сыр</i>	Калорийность-124, Белки-4, Жиры-12	41-02
Итого за Завтрак		Калорийность-625, Белки-22, Жиры-32, Углеводы-61	130-00
Обед			
80	Салат из белокочанной капусты <i>капуста белокочанная, морковь, масло растительное, лук репчатый, сахар, соль, лимонная кислота</i>	Калорийность-57, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-6	14-01
130/12,5	Рассольник ленинградский с мясом курицы <i>картофель, огурцы консервированные, мясо курицы (без кости), морковь, крупа рисовая, лук репчатый, масло растительное, соль</i>	Калорийность-127, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-16	31-42
100	Мясо в кисло-сладком соусе <i>говядина, лук репчатый, хлеб ржаной, сахар, масло сливочное, томатная паста, соль</i>	Калорийность-340, Белки-21, Жиры-22, Углеводы-14	73-40
100	Макаронные изделия отварные (спагетти) <i>спагетти, масло сливочное, соль</i>	Калорийность-174, Белки-7, Жиры-6, Углеводы-35	19-09
200	Компот из смеси сухофруктов <i>сухофрукты, сахар</i>	Калорийность-96, Белки-1, Углеводы-23	11-67
54	Хлеб пшеничный	Калорийность-127, Белки-4, Углеводы-25	7-76
50	Хлеб ржаной	Калорийность-87, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	7-65
Итого за Обед		Калорийность-1 008, Белки-42, Жиры-38, Углеводы-137	165-00
Итого за день		Калорийность-1 633, Белки-64, Жиры-70, Углеводы-198	295-00



Калькулятор

Калькулятор

Заведующая производством

Заведующая производством