

## Школа (Школа младшие)

| Наименование блюда  | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость<br>питания |
|---|--|----------------------|
| <b>Завтрак</b>  |  |                      |
| Кудинг из творога<br>запеченный<br><small>масло сливочное 20%, сахар, крупа манная, масло сливочное, сметана 15%, мука, ванилин, яйцо, соль</small> | Калорийность-208, Белки-14, Жиры-13,<br>Углеводы-21                            | 80-15                |
| 20 Повидло  | Калорийность-53, Углеводы-14   | 6-08                 |
| 210 Суп молочный с крупой<br>гречневой<br><small>молоко, крупа гречневая, масло сливочное, сахар</small>  | Калорийность-248, Белки-8, Жиры-5,<br>Углеводы-45                              | 30-71                |
| 220 Чай с сахаром<br><small>чай черный</small>  | Калорийность-60, Углеводы-15   | 2-80                 |
| 230 Салат нарезной  | Калорийность-139, Белки-4, Жиры-1,<br>Углеводы-28                              | 10-26                |
| <b>Итого за Завтрак</b>   |  | 130-00               |
| <b>Обед</b>   |  |                      |
| Салат из белокочанной<br>капусты с огурцом<br><small>капуста белокочанная, огурцы, масло растительное, соль</small>                                 | Калорийность-65, Белки-1, Жиры-6,<br>Углеводы-4                                | 18-16                |
| 220/12,5 Суп Кудрявый<br><small>картофель, мясо курицы (без кости), лук репчатый, сметана, морковь, масло сливочное, яйцо, соль</small>             | Калорийность-184, Белки-8, Жиры-8,<br>Углеводы-16                              | 43-01                |
| 90/30 Котлета по-хлыновски<br><small>свинина, картофель, лук репчатый, масло раст, мука, соль, яйцо, масло сл, томат паста, морковь, сахар</small>  | Калорийность-178, Белки-11, Жиры-11,<br>Углеводы-7                             | 58-43                |
| Макаронные изделия<br>творожные (спагетти)<br><small>макаронные изделия, масло сливочное, соль</small>  | Калорийность-174, Белки-7, Жиры-6,<br>Углеводы-35                              | 19-09                |
| 230 Салат из смеси сухофруктов<br><small>сухофрукты, сахар</small>  | Калорийность-96, Белки-1, Углеводы-23  | 11-67                |
| Хлеб пшеничный  | Калорийность-118, Белки-4, Углеводы-25   | 7-35                 |
| Хлеб ржаной   | Калорийность-82, Белки-3, Жиры-1,<br>Углеводы-17                               | 7-29                 |
| <b>Итого за Обед</b>  |  | 165-00               |
| <b>Итого за день</b>  |  | 295-00               |



*Калькулятор*  
Калькулятор

*Жен*  
Заведующая производством