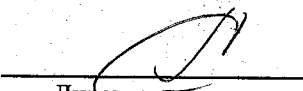
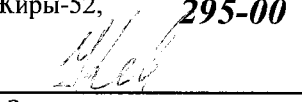


Школа (Школа младшие)

| Выход (г) | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания |
|-------------------------|--|--|----------------------|
| Завтрак | | | |
| 100 | Курица (филе) тушеная в сметанном соусе с морковью (50/50) <i>филе куриное, морковь, лук репчатый, сметана 15%, мука, масло растительное, соль</i> | Калорийность-192, Белки-11, Жиры-11, Углеводы-3 | 50-54 |
| 150 | Рис отварной <i>крупа рисовая, масло сливочное, соль</i> | Калорийность-205, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-34 | 24-20 |
| 200 | Чай с шиповником <i>сахар, шиповник сушеный, чай черный</i> | Калорийность-61, Углеводы-15 | 3-94 |
| 65 | Батер бат <i>булочка сдобная, масло сливочное</i> | Калорийность-243, Белки-4, Жиры-13, Углеводы-26 | 51-32 |
| Итого за Завтрак | | Калорийность-701, Белки-19, Жиры-30, Углеводы-78 | 130-00 |
| Обед | | | |
| 60 | Салат из свеклы с солеными огурцами <i>свекла, огурцы консервированные, масло растительное</i> | Калорийность-74, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-4 | 11-23 |
| 250 | Щи вегетарианские со сметаной <i>капуста белокочанная, картофель, морковь, сметана, лук репчатый, масло растительное, томатная паста, соль</i> | Калорийность-114, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-9 | 17-94 |
| 120 | Фишбол с соусом (90/30) <i>филе минтая св, хлеб пшени, лук реп, масло раст, мука, яйцо, масло сл, том паста, морковь, сахар, соль</i> | Калорийность-122, Белки-13, Жиры-2, Углеводы-9 | 69-54 |
| 150 | Картофельное пюре <i>картофель, молоко, масло сливочное, соль</i> | Калорийность-166, Белки-4, Жиры-9, Углеводы-19 | 37-24 |
| 200 | Кисель из свежих ягод <i>клубника св, сахар, крахмал картофельный</i> | Калорийность-87, Углеводы-22 | 15-57 |
| 50 | Хлеб пшеничный | Калорийность-118, Белки-4, Углеводы-25 | 7-35 |
| 40 | Хлеб ржаной | Калорийность-70, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-14 | 6-13 |
| Итого за Обед | | Калорийность-751, Белки-27, Жиры-22, Углеводы-102 | 165-00 |
| Итого за день | | Калорийность-1452 Белки-46, Жиры-52, Углеводы-180 | 295-00 |


 Директор школы


 Калькулятор


 Заведующая производством