
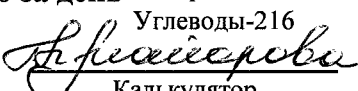



Школа (Школа старшие)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<u>Завтрак</u>			
250	Суп молочный с крупой рисовой <i>молоко, крупа рисовая, масло сливочное, сахар</i>	Калорийность-165, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-21	36-97
130	Омлет натуральный <i>яйцо, молоко, масло сливочное, соль</i>	Калорийность-212, Белки-12, Жиры-17, Углеводы-3	51-94
200	Чай с лимоном <i>сахар, лимоны свежие, чай черный</i>	Калорийность-61, Углеводы-15	6-45
60	Батон нарезной	Калорийность-157, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-31	11-02
10/20	Масло сливочное, сыр <i>масло сливочное, сыр</i>	Калорийность-141, Белки-5, Жиры-13	48-62
Итого за Завтрак		Калорийность-736, Белки-28, Жиры-37, Углеводы-70	155-00
<u>Обед</u>			
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
250/12,5	Рассольник ленинградский с мясом курицы <i>картофель, огурцы консервированные, мясо курицы (без кости), морковь, крупа рисовая, лук репчатый, масло растительное, соль</i>	Калорийность-154, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-16	33-89
75/30	Мясо в кисло-сладком соусе <i>свинина, лук репчатый, хлеб ржаной, сахар, масло сливочное, томатная паста, соль</i>	Калорийность-397, Белки-24, Жиры-25, Углеводы-15	87-20
180	Макаронные изделия отварные (спагетти) <i>спагетти, масло сливочное, соль</i>	Калорийность-209, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-42	22-91
200	Компот из смеси сухофруктов <i>сухофрукты, сахар</i>	Калорийность-96, Белки-1, Углеводы-23	11-67
52	Хлеб пшеничный	Калорийность-122, Белки-4, Углеводы-26	7-67
50	Хлеб ржаной	Калорийность-87, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	7-65
Итого за Обед		Калорийность-1 122, Белки-46, Жиры-42, Углеводы-146	185-00
Итого за день		Калорийность-1858, Белки-74, Жиры-79, Углеводы-216	340-00
 _____ Директор школы		 _____ Калькулятор	 _____ Заведующая производством