

**Школа (Школа младшие)**

Выход (г)	Наименование блюда	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<b>Завтрак</b>			
150	<b>Макаронные изделия отварные</b> <i>макаронные изделия, масло сливочное, соль</i>	Калорийность-145, Белки-6, Жиры-1, Углеводы-29	18-08
120	<b>Соус Болоньезе</b> <i>говядина, свинина, лук репчатый, томатная паста, масло растительное, мука</i>	Калорийность-227, Белки-15, Жиры-17, Углеводы-2	86-19
200	<b>Чай с шиповником</b> <i>сахар, шиповник сушеный, чай черный</i>	Калорийность-63, Углеводы-16	3-84
50	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Калорийность-118, Белки-4, Углеводы-25	7-35
10	<b>Сыр</b>	Калорийность-34, Белки-3, Жиры-3	14-54
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-587, Белки-28, Жиры-21, Углеводы-72	130-00
<b>Обед</b>			
60	<b>Овощи натуральные Огурцы свежие</b>	Калорийность-14, Белки-1, Углеводы-2	28-04
200	<b>Суп картофельный с крупой (рисовой)</b> <i>картофель, крупа рисовая, морковь, лук репчатый, мясо курицы 10 гр (без кости), масло растительное</i>	Калорийность-110, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-13	26-28
200	<b>Мясо духовое (50/150)</b> <i>свинина, картофель, морковь, лук репчатый, масло сливочное, томатная паста, соль, мука</i>	Калорийность-378, Белки-23, Жиры-24, Углеводы-18	87-41
200	<b>Компот из смеси сухофруктов</b> <i>сухофрукты, сахар</i>	Калорийность-110, Белки-1, Углеводы-27	9-15
50	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-118, Белки-4, Углеводы-25	7-35
45	<b>Хлеб ржаной</b>	Калорийность-78, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-15	6-77
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-808, Белки-36, Жиры-32, Углеводы-100	165-00
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1395, Белки-64, Жиры-53, Углеводы-172	295-00



Калькулятор

Заведующая производством