

**Школа (Школа старшие)**

Выход (г)	Наименование блюда	тл. бел. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость в рублях
-----------	--------------------	--	-----------------------

**Завтрак**

250	<b>Каша Дружба</b> <i>крупа рисовая, молоко сухое, крупа пшеница, масло сливочное, сахар, соль</i>	Калорийность-283, Белки-6, Жиры-15, Углеводы-31	38-04
75	<b>Бутерброд горячий с сыром</b> <i>(45/20/10)</i> <i>хлеб пшеничный, сыр, масло сливочное</i>	Калорийность-249, Белки-9, Жиры-13, Углеводы-23	52-28
200	<b>Чай с лимоном</b> <i>сахар, лимоны свежие, чай черный</i>	Калорийность-61, Углеводы-15	7-38
	<b>Фрукты свежие</b>	Калорийность-76, Углеводы-18	55-70

**Итого за Завтрак** Калорийность-669, Белки-15, Жиры-28,  
Углеводы-87 **155-00**

**Обед**

60	<b>Овощи натуральные</b> <b>Помидоры свежие</b>	Калорийность-17, Белки-1, Углеводы-2	37-28
250	<b>Суп картофельный с крупой</b> <b>(гречневая) с мясом курицы</b> <i>картофель, морковь, лук репчатый, мясо курицы 10 гр (без кости), крупа гречневая, масло растительное</i>	Калорийность-170, Белки-6, Жиры-8, Углеводы-28	29-49
100	<b>Чахохбили из кур</b> <i>филе куриное, лук репчатый, мука, томатная паста, чеснок, масло растительное, соль</i>	Калорийность-165, Белки-8, Жиры-8, Углеводы-16	63-83
150	<b>Макаронные изделия</b> <b>отварные</b> <i>макаронные изделия, масло сливочное, соль</i>	Калорийность-174, Белки-7, Жиры-1, Углеводы-35	18-08
200	<b>Кисель из свежих ягод</b> <b>(клубника)</b> <i>клубника свежая, сахар, крахмал картофельный</i>	Калорийность-87, Углеводы-22	24-30
40	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-94, Белки-5, Углеводы-20	5-88
40	<b>Хлеб ржаной</b>	Калорийность-70, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-14	6-05

**Итого за Обед** Калорийность-777, Белки-27, Жиры-18,  
Углеводы-137 **185-59**

**Итого за день** Калорийность-1446, Белки-42, Жиры-46,  
Углеводы-224 **340-00**



*Калькулятор*  
Калькулятор

*Заведующая производством*  
Заведующая производством