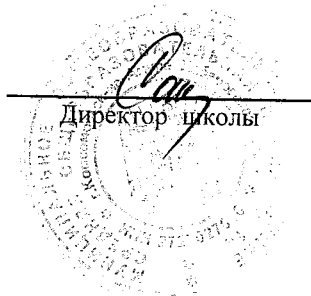


## Школа (Школа старшие)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<b>Завтрак</b>			
120	<b>Пудинг из творога запеченный</b> <small>творог 9 % жирн., сахар, крупа манная, масло растительное, сметана 15%, мука, яйцо, соль</small>	Калорийность-251, Белки-17, Жиры-16, Углеводы-24	82-47
40	<b>Повидло</b>	Калорийность-107, Углеводы-27	24-00
200	<b>Каша молочная пшеничная жидкая</b> <small>молоко, крупа пшеничная, масло сливочное, сахар, соль</small>	Калорийность-240, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-37	30-54
200	<b>Чай с лимоном</b> <small>сахар, лимоны свежие, чай черный</small>	Калорийность-61, Углеводы-15	7-38
55	<b>Батон нарезной</b>	Калорийность-144, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-29	10-61
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-803, Белки-27, Жиры-24, Углеводы-132	155-00
<b>Обед</b>			
110	<b>Салат из свеклы отварной</b> <small>свекла, масло растительное</small>	Калорийность-156, Белки-2, Жиры-9, Углеводы-14	16-01
250	<b>Суп-лапша домашняя</b> <small>макаронные изделия яичные (лапша), лук репчатый, мясо курицы 10гр (без кости), масло растительное</small>	Калорийность-141, Белки-12, Жиры-9, Углеводы-16	20-34
140	<b>Рыба (филе), тушенная в томате с овощами (70/70)</b> <small>филе минтая св, морковь, лук репчатый, масло растительное, томатная паста, сахар, соль</small>	Калорийность-231, Белки-16, Жиры-9, Углеводы-7	64-06
180	<b>Картофельное пюре</b> <small>картофель, масло сливочное, молоко сухое, соль</small>	Калорийность-153, Белки-4, Жиры-8, Углеводы-20	50-36
200	<b>Компот из свежих ягод (клубника)</b> <small>клубника св, сахар</small>	Калорийность-96, Белки-1, Углеводы-23	18-41
54	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-127, Белки-4, Углеводы-27	7-86
52	<b>Хлеб ржаной</b>	Калорийность-90, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	7-96
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-994, Белки-42, Жиры-36, Углеводы-125	185-00
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 797, Белки-69, Жиры-60, Углеводы-257	340-00



*Калькулятор*  
Калькулятор

*Заведующая производством*  
Заведующая производством