

**Школа (Школа младшие)**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
-----------	--------------------	--	----------------------

**Завтрак**

200	<b>Каша Дружба</b> <i>крупа рисовая, молоко сухое, крупа пшеничная, масло сливочное, сахар, соль</i>	Калорийность-226, Белки-5, Жиры-12, Углеводы-25	23-48
70	<b>Бутерброд горячий с сыром</b> (45/15/10) <i>хлеб пшеничный, сыр, масло сливочное</i>	Калорийность-232, Белки-9, Жиры-12, Углеводы-23	39-30
200	<b>Чай с медом</b> <i>чай черный, мед</i>	Калорийность-61, Углеводы-15	29-15
90	<b>Фрукт (груша Запеченная)</b>	Калорийность-63, Углеводы-15	43-37

**Итого за Завтрак** Калорийность-582, Белки-14, Жиры-24,  
Углеводы-78 **145-90**

**Обед**

40	<b>Овощи натуральные</b> <i>помидоры свежие</i>	Калорийность-11, Белки-1, Углеводы-1	24-92
200	<b>Борщ с мясом курицы</b> <i>свекла, капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, <b>мясо 12 гр курицы</b> (без кости), масло</i>	Калорийность-119, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-11	28-07
100	<b>Чахохбили</b> <i>филе куриное, лук репчатый, мука, томатная паста, чеснок, масло растительное, соль</i>	Калорийность-165, Белки-8, Жиры-8, Углеводы-16	72-93
150	<b>Каша гречневая</b> <i>крупа гречневая, масло сливочное, соль</i>	Калорийность-253, Белки-9, Жиры-8, Углеводы-37	14-58
200	<b>Кисель из свежих ягод</b> <i>клубника св., сахар, крахмал картофельный</i>	Калорийность-87, Углеводы-22	24-36
51	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-123, Белки-4, Углеводы-26	7-49
50	<b>Хлеб ржаной</b>	Калорийность-87, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-17	7-65

**Итого за Обед** Калорийность-845, Белки-29, Жиры-24,  
Углеводы-130 **189-00**

**Итого за день** Калорийность-1313, Белки-41, Жиры-40,  
Углеводы-206 **325-90**



*А. С. Сидорова*  
Калькулятор

*А. С. Сидорова*  
Заведующая производством