

## Школа (Школа младшие)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<b>Завтрак</b>			
110	<b>Пудинг из творога запеченный</b> <i>творог 9 % жирн., сахар, крупа манная, яйцо, масло растительное, сметана 15%, мука, соль</i>	Калорийность-215, Белки-12, Жиры-11, Углеводы-18	75-65
50	<b>Повидло</b>	Калорийность-80, Углеводы-20	30-01
210	<b>Суп молочный</b> <i>молоко сухое, вермишель, масло сливочное, сахар</i>	Калорийность-146, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-19	22-36
200	<b>Чай с лимоном</b> <i>сахар, лимоны свежие, чай черный</i>	Калорийность-61, Углеводы-15	7-38
50	<b>Батон</b>	Калорийность-131, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-26	9-60
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-633, Белки-22, Жиры-17, Углеводы-98	145-00
<b>Обед</b>			
60	<b>Овощи натуральные соленые</b> <i>огурец консервированный</i>	Калорийность-10, Углеводы-2	50-83
200	<b>Суп картофельный с крупой с курицей</b> <i>картофель, крупа гречневая, морковь, лук репчатый, мясо курицы 10 гр(без кости), масло растительное</i>	Калорийность-138, Белки-5, Жиры-9, Углеводы-16	27-70
220	<b>Мясо духовое (свинина) (50/170)</b> <i>свинина, картофель, масло растит, мука, томатная паста, морковь, лук реп, соль</i>	Калорийность-378, Белки-23, Жиры-24, Углеводы-18	77-77
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
50	<b>Хлеб ржаной</b>	Калорийность-87, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-17	7-20
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-841, Белки-36, Жиры-34, Углеводы-105	180-00
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1474, Белки-58, Жиры-51, Углеводы-203	325-00



*Калькулятор*  
Калькулятор

*Заведующая производством*  
Заведующая производством