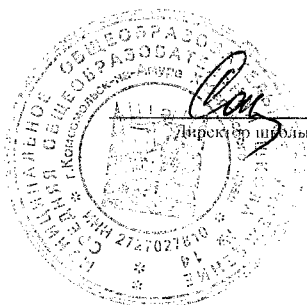


Школа (Школа младшие)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
150	Макаронные изделия отварные макаронные изделия, масло сливочное, соль	Калорийность-145. Белки-6. Жиры-1, Углеводы-29	11-51
120	Соус Болоньезе (говядина) 120 говядина, лук репчатый, томатная паста, масло растительное, мука	Калорийность-227. Белки-15. Жиры-17. Углеводы-2	125-42
200	Чай с сахаром сахар, чай черный	Калорийность-60. Углеводы-15	2-75
36	Хлеб пшеничный	Калорийность-84. Белки-2. Углеводы-18	5-32
Итого за Завтрак		Калорийность-516. Белки-23. Жиры-18. Углеводы-64	145-00
<u>Обед</u>			
60	Салат из свеклы с сыром свекла, масло растительное, сыр	Калорийность-85. Белки-3. Жиры-4. Углеводы-8	10-79
200/12,5	Щи из свежей капусты с картофелем с мясом курицы капуста белокачанная, мясо курицы (без кости) 12,5 гр, картофель, морковь, лук репчатый, масло растительное, томатная паста, соль	Калорийность-117. Белки-4. Жиры-6. Углеводы-7	24-30
90/30	Котлета по-хлыновски с соусом томатным с овощами говядина, картофель, лук реп., свинина, масло раст., мука, соль, яйцо, масло сл., томат. паста, морковь, сахар.	Калорийность-177. Белки-11. Жиры-11. Углеводы-5	107-51
150	Каша гречневая рассыпчатая крупа гречневая, масло сливочное, соль	Калорийность-253. Белки-9. Жиры-8. Углеводы-37	13-38
200	Компот из свежих яблок яблоки, сахар	Калорийность-96. Белки-1. Углеводы-23	11-28
40	Хлеб пшеничный	Калорийность-94. Белки-3. Углеводы-20	6-62
40	Хлеб ржаной	Калорийность-70. Белки-2. Жиры-1. Углеводы-14	6-12
Итого за Обед		Калорийность-892. Белки-33. Жиры-30. Углеводы-114	180-00
Итого за день		Калорийность-1408. Белки-56. Жиры-48. Углеводы-178	325-00



Калькулятор

Заведующий производством