

**(Школа №2)**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы	Стоимость питания
<b>Завтрак 2</b>			
100/20	<b>Запеканка из творога со сгущ. молоком (100/20)</b> <i>творог 5%, молоко сгущенное, сахар - песок, крупа манная, масло сливочное, сухари панировочные, сметана 15%, яйцо столовое, соль, ванилин</i>	Калорийность-133, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-26	<b>61-78</b>
200/15	<b>Чай с сахаром</b> <i>сахар - песок, чай черный крупнолистовой</i>	Калорийность-60, Углеводы-15	<b>3-10</b>
200	<b>Яблоко св.</b>	Калорийность-94, Жиры-1, Углеводы-20	<b>27-88</b>
23	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-54, Белки-2, Углеводы-11	<b>2-24</b>
<b>Итого за Завтрак 2</b>		Калорийность-341, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-72	<b>95-00</b>
<b>Обед</b>			
250/2/20	<b>Суп картоф. с бобовыми(горох) с зеленью с мясом(филе)</b> <i>вода, картофель, горох, куриные грудки филе, лук репчатый, морковь, масло растительное, соль, петрушка (зелень)</i>	Калорийность-153, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-20	<b>22-50</b>
50	<b>Биточки рыбные (форель) 50</b> <i>форель, хлеб пшеничный, сухари панировочные, масло растительное, соль</i>	Калорийность-132, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-8	<b>42-13</b>
100	<b>Пюре картофельное 100</b> <i>картофель, молоко 2.5% ультрапастеризованное, масло сливочное, соль</i>	Калорийность-100, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-15	<b>16-64</b>
20	<b>Помидор свежий</b>	Калорийность-5, Углеводы-1	<b>7-39</b>
200	<b>Компот из смеси сухофруктов</b> <i>вода, смесь компотная (сухофрукты), сахар - песок, лимон. кислота</i>	Калорийность-80, Углеводы-20	<b>8-97</b>
27	<b>Хлеб столичный</b>	Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-13	<b>2-37</b>
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-532, Белки-17, Жиры-17, Углеводы-76	<b>100-00</b>

калькулятор

зав. Производством

