

**(Школа №2)**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы	Стоимость питания
<b><u>Завтрак 2</u></b>			
35	<b>Колбаса (порциями)</b>	Калорийность-131, Белки-6, Жиры-12	<b>16-85</b>
50	<b>Биточки рыбные (форель) 50</b>	Калорийность-132, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-8	<b>42-13</b>
<i>форель, хлеб пшеничный, сухари панировочные, масло растительное, соль</i>			
100	<b>Пюре картофельное 100</b>	Калорийность-100, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-15	<b>16-64</b>
<i>картофель, молоко 2.5% ультрапастеризованное, масло сливочное, соль</i>			
30	<b>Помидор свежий</b>	Калорийность-7, Углеводы-1	<b>11-08</b>
200/15 /7	<b>Чай с сахаром и лимоном</b>	Калорийность-62, Углеводы-15	<b>4-22</b>
<i>сахар - песок, лимон, чай черный крупнолистовой</i>			
43	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-101, Белки-3, Углеводы-21	<b>4-08</b>
<b>Итого за Завтрак 2</b>		Калорийность-533, Белки-19, Жиры-24, Углеводы-60	<b>95-00</b>
<b><u>Обед</u></b>			
250/20 /2	<b>Суп картофельный с макаронными изделиями с мясом (филе)</b>	Калорийность-203, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-27	<b>32-85</b>
<i>морковь, картофель, куриные грудки филе, вермишель, лук репчатый, масло растительное, соль, укроп (зелень)</i>			
75	<b>Котлета рубленая из птицы(филе кур.) 75</b>	Калорийность-232, Белки-13, Жиры-15, Углеводы-11	<b>33-91</b>
<i>куриные грудки филе, вода, хлеб пшеничный, сухари панировочные, масло растительное, соль</i>			
100	<b>Макароны отварные</b>	Калорийность-144, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-25	<b>7-78</b>
<i>макаронные изделия, масло сливочное, соль</i>			
200	<b>Компот из свежих яблок</b>	Калорийность-115, Углеводы-28	<b>8-83</b>
<i>яблоки, сахар - песок, лимон. кислота, аскорбиновая кислота</i>			
50	<b>Булочка " Улиточка" 50</b>	Калорийность-191, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-28	<b>13-33</b>
<i>мука пшеничная, молоко 2.5% ультрапастеризованное, масло сливочное, сахар - песок, дрожжи, масло растительное, соль, яйцо столовое</i>			
38	<b>Хлеб столичный</b>	Калорийность-88, Белки-2, Углеводы-19	<b>3-30</b>
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-973, Белки-30, Жиры-33, Углеводы-138	<b>100-00</b>

калькулятор

зав. Производством

Муниципальное  
унитарное предприятие  
«Объединение школьных столовых  
город Костомужа»

Зав. пр. 