

(Школа №2)

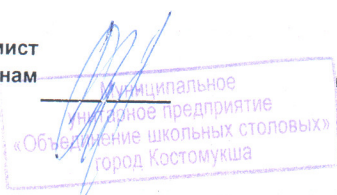
Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы	Стоимость питания
--------------	--------------------	--	----------------------

Завтрак 2

40	Яйцо вареное 40	Калорийность-63, Белки-5, Жиры-5	16-58
110/20	Запеканка из творога со сгуш. молоком	Калорийность-328, Белки-24, Жиры-11, Углеводы-31	68-48
<i>творог 5%, молоко сгущенное, сахар - песок, крупа манная, масло сливочное, сухари панировочные, сметана 15%, яйцо столовое, соль, ванилин</i>			
200/15 17	Чай с сахаром и лимоном	Калорийность-62, Углеводы-15	5-07
<i>сахар - песок, лимон, чай черный крупнолистовой</i>			
37	Батон нарезной	Калорийность-97, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-19	4-87
Итого за Завтрак 2			95-00
			Калорийность-550, Белки-32, Жиры-17, Углеводы-66

Обед

250/2	Суп картофельный с крупой (рис), зеленью	Калорийность-104, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-17	13-63
<i>картофель, морковь, лук репчатый, крупа рисовая, масло растительное, петрушка (зелень)</i>			
35/35	Бефстроганов из говядины	Калорийность-198, Белки-11, Жиры-14, Углеводы-6	60-70
<i>говядина (лопатка), лук репчатый, сметана 15%, мука пшеничная, масло сливочное, соль, томатная паста.</i>			
100	Каша рассыпчатая гречневая	Калорийность-155, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-24	10-02
<i>крупа гречневая, масло сливочное, соль</i>			
15	Огурец свежий	Калорийность-2	5-54
200	Напиток апельсиновый	Калорийность-102, Углеводы-25	7-34
<i>сахар - песок, апельсин, лимон. кислота, аскорбиновая кислота</i>			
32	Хлеб столичный	Калорийность-74, Белки-2, Углеводы-16	2-77
Итого за Обед			100-00
			Калорийность-635, Белки-20, Жиры-22, Углеводы-88

Экономист
по ценамЗав.
производствДиректор
школы