

(Школа №2)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы	Стоимость питания
Завтрак 2			
25	Сыр порц.	Калорийность-88, Белки-7, Жиры-7	22-37
50/5	Сосиски отварные с маслом сосиски, масло сливочное	Калорийность-168, Белки-6, Жиры-16	25-45
100	Макароны отварные макаронные изделия, масло сливочное, соль	Калорийность-144, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-25	7-78
20	Горошек зеленый порц.	Калорийность-8, Белки-1, Углеводы-1	5-09
150/50 /15	Чай с молоком молоко 2.5% ультрапастеризованное, сахар - песок, чай черный крупнолистовой	Калорийность-87, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-17	9-23
100	Мандарины	Калорийность-38, Белки-1, Углеводы-8	20-43
21	Хлеб пшеничный	Калорийность-49, Белки-2, Углеводы-10	2-04
30	Хлеб столичный	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-61
Итого за Завтрак 2		Калорийность-652, Белки-22, Жиры-28, Углеводы-76	95-00

Обед

250/20 /2	Суп картофельный с макаронными изделиями с мясом (филе) морковь, картофель, куриные грудки филе, вермишель, лук репчатый, масло растительное, соль, укроп (зелень)	Калорийность-203, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-27	32-85
75	Биточек из говядины.75 говядина (лопатка), хлеб пшеничный, сухари панировочные, лук репчатый, масло растительное, соль	Калорийность-227, Белки-12, Жиры-14, Углеводы-13	53-30
100	Каша перловая рассып.100 крупа перловая, масло сливочное, соль	Калорийность-131, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22	6-16
200/15 /7	Чай с сахаром и лимоном сахар - песок, лимон, чай черный крупнолистовой	Калорийность-62, Углеводы-15	4-22
40	Хлеб столичный	Калорийность-93, Белки-2, Углеводы-20	3-47
Итого за Обед		Калорийность-716, Белки-26, Жиры-25, Углеводы-97	100-00

калькулятор

зав. Производством

Муниципальное
унитарное предприятие
«Объединение школьных столовых»
город Костомукша