

(Школа №2)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы	Стоимость питания
<u>Завтрак 2</u>			
200	Молоко 0,2	Калорийность-108, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-10	24-45
50/5	Сосиски отварные с маслом сосиски, масло сливочное	Калорийность-168, Белки-6, Жиры-16	25-45
20/100 /5	Макароны отварные с сыром макаронные изделия, сыр твердый, масло сливочное, соль	Калорийность-189, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-23	25-87
30	Огурец свежий	Калорийность-3	11-08
200/15 /7	Чай с сахаром и лимоном сахар - песок, лимон, чай черный крупнолистовой	Калорийность-62, Углеводы-15	6-38
18	Хлеб пшеничный	Калорийность-42, Белки-1, Углеводы-9	1-77
Итого за Завтрак 2		Калорийность-573, Белки-21, Жиры-29, Углеводы-57	95-00

Обед

250/15 /2	Суп картоф. с бобовыми(горох) с мясом(гов.) с зел. картофель, горох, говядина (лопатка), лук репчатый, морковь, масло растительное, соль, укроп (зелень)	Калорийность-154, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-20	36-45
35/100	Плов из говядины говядина (лопатка), крупа рисовая, морковь, лук репчатый, масло растительное, томатная паста, соль	Калорийность-287, Белки-13, Жиры-14, Углеводы-27	56-37
200/15	Чай с сахаром сахар - песок, чай черный крупнолистовой	Калорийность-60, Углеводы-15	4-67
29	Хлеб столичный	Калорийность-67, Белки-2, Углеводы-14	2-51
Итого за Обед		Калорийность-568, Белки-21, Жиры-20, Углеводы-76	100-00

калькулятор

зав. Производством

Калькулятор
Муниципальное
предприятие
«Объединение школьных столовых»
г.о.д. Казанский