

16.04.2021

(Школа №2)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы	Стоимость питания
Завтрак 2			
135	Йогурт 2,1%ж. 135г.	Калорийность-680, Белки-50, Жиры-32, Углеводы-35	39-75
50/60	Фрикадельки из филе кур. в соусе томатно-сметанном 50/60	Калорийность-119, Белки-8, Жиры-8, Углеводы-4	32-98
100	Рис припущенный 100 куриные грудки филе, сметана 15%, молоко 2.5% ультрапастеризованное, томатная паста, хлеб пшеничный, мука пшеничная, соль, масло растительное	Калорийность-143, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-26	8-41
20	Помидор свежий крупка рисовая, масло сливочное, соль	Калорийность-5, Углеводы-1	7-39
200/15	Чай с сахаром сахар - песок, чай черный крупнолистовой	Калорийность-60, Углеводы-15	4-67
19	Хлеб пшеничный сахар - песок, чай черный крупнолистовой	Калорийность-45, Белки-1, Углеводы-9	1-80
Итого за Завтрак 2		Калорийность-1 051, Белки-62, Жиры-43, Углеводы-90	95-00

Обед

250/15 /20/10/ 2	Свекольник со сметаной, зеленью, яйцом, с мясом (гов.) свекла, картофель, яйцо столовое, говядина (лопатка), сметана 15%, масло растительное, томатная паста, сахар - песок, соль, укроп (зелень), лимон. кислота	Калорийность-194, Белки-8, Жиры-13, Углеводы-12	36-51
38/25	Колбаски "По-домашнему" 38/25 говядина (лопатка), лук репчатый, мука пшеничная, масло растительное, томатная паста, соль	Калорийность-139, Белки-1, Жиры-10, Углеводы-4	41-33
100	Макароны отварные макаронные изделия, масло сливочное, соль	Калорийность-144, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-25	7-78
200	Сок фруктовый	Калорийность-92, Белки-1, Углеводы-20	12-90
17	Хлеб столичный	Калорийность-39, Белки-1, Углеводы-8	1-48
Итого за Обед		Калорийность-609, Белки-14, Жиры-26, Углеводы-69	100-00

зав. Производством

калькулятор

Муниципальное
унитарное предприятие
«Объединение школьных столовых»
город Истринский