

Школа Родники

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

Полдник

200	Компот из смородины	Ккал-91, У/в-48	20-26
85	Булочка с корицей		14-64

Итого за Полдник(30) Ккал-91, У/в-48 **34-90**

Комплекс (1-4 классы)

100	Поджарка из индейки	Ккал-205, Белки-15, Жиры-14, У/в-5	59-37
150	Макаронные изделия отварные	Ккал-185, Белки-5, Жиры-4, У/в-32	9-44
200/5	Чай с лимоном,,		4-37
25	Хлеб Крестьянский витаминизированный	Ккал-48, Белки-2, У/в-11	2-40

Итого за 1-4 (75-58)-завтрак Ккал-438, Белки-21, Жиры-18, У/в-48 **75-58**

Обед 5-11классы

28	Горошек консервированный	Ккал-44, Жиры-4, У/в-2	11-53
250/20	Уха рыбацкая .	Ккал-148, Белки-3, Жиры-3, У/в-12	20-02
100	Котлета рубленая из филе куриного с отрубями	Ккал-332, Белки-20, Жиры-39, У/в-332	61-25
200	Капуста тушеная.	Ккал-125, Белки-5, Жиры-3, У/в-18	18-34
200	Компот из кураги	Ккал-83, Белки-1, У/в-20	15-01
25	Хлеб Крестьянский витаминизированный	Ккал-48, Белки-2, У/в-11	2-40
24	Хлеб Чусовской обоготенный йодом	Ккал-51, Белки-2, У/в-11	2-30

Итого за Обед5-11(130-94) Ккал-831, Белки-31, Жиры-49, У/в-406 **130-85**

Комплекс I (5-11классы)

100	Индейка по Люблински	Ккал-249, Белки-27, Жиры-18, У/в-10	75-28
180	Макаронные изделия отварные.	Ккал-222, Белки-6, Жиры-5, У/в-39	11-31
115	Яблоко	У/в-12	16-56
200/5	Чай с лимоном,,		4-37
25	Хлеб Крестьянский витаминизированный	Ккал-48, Белки-2, У/в-11	2-40

Итого за 5-11 (110-00) Ккал-519, Белки-36, Жиры-24, У/в-72 **109-92**

Директор

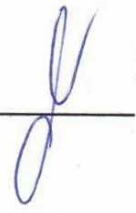


Роганов
Владимир
Владимирович

Бухгалтер



Заведующая
производством
столовой



Луконина Ольга
Алексасовна

Согласовано
