

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 **Манник** Ккал-320, Белки-4, Жиры-16, У/в-39 **14-48**

Итого за Полдник(30) Ккал-411, Белки-5, Жиры-16, У/в-87 **34-74**

Комплекс (1-4 классы)

30 **Помидоры свежие порционные** Ккал-7, У/в-1 **7-68**

120 **Котлеты Школьные с соусом красным** **45-69**

150 **Макаронные изделия отварные** Ккал-185, Белки-5, Жиры-4, У/в-32 **9-44**

200 **Чай с молоком** Ккал-87, Белки-2, Жиры-2, У/в-17 **7-72**

25 **Хлеб Крестьянский витаминизированный** Ккал-48, Белки-2, У/в-11 **2-40**

25 **Хлеб Чусовской обоготенный йодом** Ккал-53, Белки-2, У/в-12 **2-40**

Итого за 1-4 (75-58)-завтрак Ккал-380, Белки-10, Жиры-6, У/в-73 **75-33**

Обед 5-11классы

30 **Кукуруза консервированная** Ккал-47, Жиры-4, У/в-2 **15-00**

250/10 **Рассольник Ленинградский со сметаной с мясом,** Ккал-127, Белки-2, Жиры-6, У/в-16 **24-70**

250 **Плов Золотинка из индейки.** Ккал-381, Белки-16, Жиры-19, У/в-35 **80-50**

200 **Компот из сухофруктов** Ккал-83, Белки-1, У/в-20 **5-89**

25 **Хлеб Крестьянский витаминизированный** Ккал-48, Белки-2, У/в-11 **2-40**

25 **Хлеб Чусовской обоготенный йодом** Ккал-53, Белки-2, У/в-12 **2-40**

Итого за Обед5-11(130-94) Ккал-740, Белки-23, Жиры-29, У/в-95 **130-89**

Комплекс1 (5-11классы)

20	Помидоры свежие порционные	Ккал-4, У/в-1	5-12
117	Яблоко	У/в-10	16-85
250	Плов Золотинка из индейки.	Ккал-381, Белки-16, Жиры-19, У/в-35	80-50
200	Чай с сахаром	Ккал-58, У/в-15	3-00
22	Хлеб Чусовской обогащенный йодом	Ккал-47, Белки-2, У/в-10	2-11
25	Хлеб Крестьянский витаминизированный	Ккал-48, Белки-2, У/в-11	2-40

Итого за 5-11 (110-00) Ккал-538, Белки-20, Жиры-19, У/в-82 **109-98**

Директор

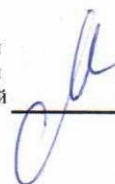
Роганов
Владимир
Владимирович

Бухгалтер



Заведующая
производством
столовой

Луконина Ольга
Алексасовна



Согласовано

