

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**

80 **Манник** Ккал-301, Белки-4, Жиры-15, У/в-37 **14-16**

Итого за Полдник(30) Ккал-392, Белки-4, Жиры-15, У/в-85 **34-42**

Комплекс (1-4 классы)

100 **Суфле "Рыбка"** Ккал-198, Белки-14, Жиры-12, У/в-10 **48-17**

150 **Пюре картофельное** Ккал-133, Белки-3, Жиры-4, У/в-21 **21-08**

200 **Чай с сахаром** Ккал-58, У/в-15 **3-00**

34 **Хлеб Крестьянский
витаминизированный** Ккал-66, Белки-2, У/в-14 **3-26**

Итого за 1-4 (75-58)-завтрак Ккал-455, Белки-19, Жиры-16, У/в-59 **75-51**

Обед 5-11классы

250/5/1 **Рассольник Ленинградский со
0 сметаной с мясом,** Ккал-129, Белки-2, Жиры-6, У/в-16 **22-96**

100 **Поджарка из индейки** Ккал-205, Белки-15, Жиры-14, У/в-5 **59-37**

180 **Макаронные изделия
отварные.** Ккал-222, Белки-6, Жиры-5, У/в-39 **11-31**

200 **Напиток из шиповника** Ккал-64, У/в-16 **9-92**

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

38 **Слойка с малиной** **24-80**

Итого за Обед5-11(130-94) Ккал-669, Белки-25, Жиры-25, У/в-86 **130-76**

Комплекс1 (5-11классы)

25 **Горошек консервированный** Ккал-39, Жиры-4, У/в-1 **10-29**

100 **Поджарка из индейки** Ккал-205, Белки-15, Жиры-14, У/в-5 **59-37**

180 **Пюре картофельное.** Ккал-160, Белки-4, Жиры-4, У/в-25 **25-30**

200 **Напиток из шиповника** Ккал-64, У/в-16 **9-92**

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

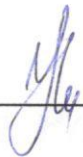
25 **Хлеб Крестьянский
витаминизированный** Ккал-48, Белки-2, У/в-11 **2-40**

Итого за 5-11 (110-00) Ккал-569, Белки-22, Жиры-22, У/в-69 **109-68**

Директор

Роганов
Владимир
Владимирович

Бухгалтер



Заведующая
производством
столовой

Луконина Ольга
Алексасовна



Согласовано

