

Школа Родники

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Полдник</u>			
200	Компот из смородины	Ккал-91, У/в-48	19-99
85	Манник	Ккал-320, Белки-4, Жиры-16, У/в-39	14-55
Итого за Полдник(30)		Ккал-411, Белки-5, Жиры-16, У/в-87	34-54
<u>Комплекс1 (5-11классы)</u>			
40	Помидоры свежие порционные	Ккал-9, У/в-2	13-44
250	Плов Золотинка из индейки.	Ккал-381, Белки-16, Жиры-19, У/в-35	88-31
200/10	Чай с лимоном..	Ккал-39, У/в-10	5-57
25	Хлеб Крестьянский витаминизированный	Ккал-48, Белки-2, У/в-11	2-40
Итого за 5-11 (110-00)		Ккал-477, Белки-18, Жиры-19, У/в-57	109-72
<u>Комплекс (1-4 классы)</u>			
40	Помидоры свежие порционные	Ккал-9, У/в-2	13-44
120	Котлеты Школьные с соусом красным		45-81
150	Макаронные изделия отварные	Ккал-185, Белки-5, Жиры-4, У/в-32	9-45
200	Чай с молоком	Ккал-87, Белки-2, Жиры-2, У/в-17	7-55
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 1-4 (81-02)-завтрак		Ккал-380, Белки-10, Жиры-6, У/в-73	80-95



Обед 5-11классы

34	Кукуруза консервированная	Ккал-54, Жиры-5, У/в-2	17-00
250/10	Рассольник Ленинградский со сметаной с мясом,	Ккал-127, Белки-2, Жиры-6, У/в-16	24-77
250	Плов Золотинка из индейки.	Ккал-381, Белки-16, Жиры-19, У/в-35	88-31
200/10	Чай с лимоном..	Ккал-39, У/в-10	5-57
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(140-37) Ккал-700, Белки-22, Жиры-30, У/в-84 **140-35**

Директор

Роганов
Владимир
Владимирович

Бухгалтер

Заведующая
производством
столовой

Луконина Ольга
Алексасовна

Согласовано