

Школа Родники

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

Полдник

200/8 Чай с лимоном . 5-02

75 Кекс творожный 29-89

Итого за Полдник(30) 34-91

Комплекс1 (5-11классы)

23 Помидоры свежие порционные Ккал-5, У/в-1 7-73

120 Голень запеченная в пряном соусе Ккал-241, Белки-15, Жиры-11, У/в-10 56-57

180 Пюре картофельное. Ккал-160, Белки-4, Жиры-4, У/в-25 25-81

200 Компот из кураги Ккал-83, Белки-1, У/в-20 14-93

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-589, Белки-23, Жиры-16, У/в-77 109-84

Комплекс (1-4 классы)

23 Квашеная капуста по домашнему Ккал-19, Жиры-1, У/в-2 3-47

100 Голень запеченная в пряном соусе Ккал-200, Белки-12, Жиры-9, У/в-8 47-15

150 Пюре картофельное Ккал-133, Белки-3, Жиры-4, У/в-21 21-51

200 Чай черный с ягодами(смородина) Ккал-58, У/в-15 6-38

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

Итого за 1-4 (81-02)-завтрак Ккал-458, Белки-18, Жиры-14, У/в-56 80-91

Обед 5-11классы

29	Помидоры свежие порционные	Ккал-6, У/в-1	9-74
250/10	Суп из разных овощей со сметаной с мясом	Ккал-114, Белки-2, Жиры-7, У/в-11	27-80
120	Тефтели из мяса с соусом.	Ккал-262, Белки-10, Жиры-17, У/в-17	63-00
180	Каша гречневая рассыпчатая.	Ккал-279, Белки-8, Жиры-11, У/в-41	20-15
200	Компот из кураги	Ккал-83, Белки-1, У/в-20	14-93
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-844, Белки-24, Жиры-35, У/в-112	140-32

Директор

Роганов
Владимир
Владимирович

Бухгалтер

Заведующая
производством
столовой

Луконина Ольга
Алексаовна

Согласовано