



Школа Родники ()

Выход (г/дн)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Полдник</u>			
200	Компот из яблок	Ккал-75, У/в-19	10-39
120	Манник	Ккал-452, Белки-6, Жиры-23, У/в-55	24-50
Итого за Полдник(30)		Ккал-527, Белки-6, Жиры-23, У/в-74	34-89
<u>Комплекс (1-4 классы)</u>			
95	Суфле "Рыбка"	Ккал-188, Белки-13, Жиры-11, У/в-9	51-71
150	Пюре картофельное	Ккал-133, Белки-3, Жиры-4, У/в-21	22-78
200	Чай с сахаром	Ккал-58, У/в-15	3-08
25	Хлеб Крестьянский витаминизированный	Ккал-48, Белки-2, У/в-11	2-64
Итого за 1-4 (81-02)-завтрак		Ккал-427, Белки-18, Жиры-15, У/в-55	80-21
<u>Обед 5-11классы</u>			
250	Рассольник Ленинградский со сметаной	Ккал-127, Белки-2, Жиры-6, У/в-16	14-81
100	Поджарка из индейки	Ккал-205, Белки-15, Жиры-14, У/в-5	66-26
180/20	Макаронные изделия отварные /помидор св.	Ккал-222, Белки-6, Жиры-5, У/в-39	17-22
200	Напиток из шиповника	Ккал-64, У/в-16	10-03
24	Хлеб Крестьянский витаминизированный	Ккал-46, Белки-1, У/в-10	2-53
20	Хлеб Чусовской обоготенный йодом	Ккал-42, Белки-2, У/в-9	2-11
38	Слойка с малиной		27-36
Итого за Обед5-11(140-37)		Ккал-707, Белки-26, Жиры-25, У/в-95	140-32
<u>Комплекс1 (5-11классы)</u>			
100	Поджарка из индейки	Ккал-205, Белки-15, Жиры-14, У/в-5	66-26
180/32	Пюре картофельное/кукуруза конс.	Ккал-169, Белки-4, Жиры-5, У/в-26	43-34
200	Напиток из шиповника	Ккал-64, У/в-16	10-03
25	Хлеб Чусовской обоготенный йодом	Ккал-53, Белки-2, У/в-12	2-64
25	Хлеб Крестьянский витаминизированный	Ккал-48, Белки-2, У/в-11	2-64
Итого за 5-11 (125-00)		Ккал-539, Белки-22, Жиры-19, У/в-69	124-91

Директор

Роганов
Владимир
Владимирович

Бухгалтер

Заведующая
производством
столовой

Луконина Ольга
Алексасовна

Согласовано
