

Школа Родники ()

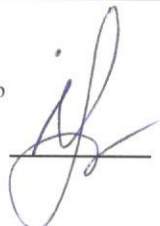
Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Полдник</u>			
200	Компот из яблок	Ккал-75, У/в-19	10-28
115	Манник	Ккал-433, Белки-6, Жиры-22, У/в-53	24-62
Итого за Полдник(30)		Ккал-508, Белки-6, Жиры-22, У/в-71	34-90
<u>Комплекс I (5-11 классы)</u>			
250/15	Плов Золотинка из индейки с булгуром/помидоры св	Ккал-374, Белки-16, Жиры-18, У/в-34	111-09
200	Компот из ягодной смеси	Ккал-91, У/в-48	11-08
26	Хлеб Крестьянский витаминизированный	Ккал-64, Белки-2, У/в-13	2-79
Итого за 5-11 (125-00)		Ккал-529, Белки-18, Жиры-18, У/в-95	124-96
<u>Комплекс (1-4 классы)</u>			
120	Чикен болл в сметанном соусе	Ккал-178, Белки-12, Жиры-17, У/в-14	61-34
150/15	Макаронные изделия отварные / помидоры св.	Ккал-180, Белки-5, Жиры-4, У/в-31	18-00
200	Чай с сахаром	Ккал-58, У/в-15	3-13
25	Хлеб Крестьянский витаминизированный	Ккал-61, Белки-2, У/в-13	2-68
Итого за 1-4 (85-20)-завтрак		Ккал-477, Белки-20, Жиры-21, У/в-72	85-15
<u>Обед 5-11 классы</u>			
15	Квашеная капуста по домашнему	Ккал-12, Жиры-1, У/в-1	3-03
250/10	Рассольник Ленинградский со сметаной с мясом,	Ккал-127, Белки-2, Жиры-6, У/в-16	30-29
250	Плов Золотинка из индейки с булгуром.	Ккал-381, Белки-16, Жиры-19, У/в-35	105-00
200	Компот из сухофруктов	Ккал-110, Белки-1, У/в-27	6-26
29	Хлеб Крестьянский витаминизированный	Ккал-71, Белки-2, У/в-15	3-11
Итого за Обед 5-11(147-79)		Ккал-701, Белки-22, Жиры-26, У/в-94	147-69

Директор



Роганов
Владимир
Владимирович

Бухгалтер


Заведующая
производством
столовой

Луконина Ольга
Александровна