

Школа Родники ()

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

Полдник

200	Компот из яблок	Ккал-75, У/в-19	11-65
95	Шаньга со сметаной	Ккал-350, Белки-9, Жиры-13, У/в-49	22-33
Итого за Полдник(35-00)		Ккал-425, Белки-9, Жиры-13, У/в-67	33-98

Комплекс I (5-11 классы)

120	Голень запеченная в пряном соусе	Ккал-241, Белки-15, Жиры-11, У/в-10	73-89
215	Фузилли(спиральки)/огурец св.180/35	Ккал-222, Белки-6, Жиры-5, У/в-39	24-91
120	Яблоко	Белки-1, Жиры-1, У/в-13	20-46
200	Напиток с витаминами Витошка	Ккал-64, Белки-1, У/в-16	10-23
26	Хлеб Крестьянский витаминизированный	Ккал-64, Белки-2, У/в-13	2-79
25	Хлеб Чусовской обоготенный йодом	Ккал-63, Белки-2, У/в-9	2-68
Итого за 5-11 (125-00) -135		Ккал-653, Белки-27, Жиры-17, У/в-99	134-96

Комплекс (1-4 классы)

50	Бутерброд Школьный на батоне 10/15/25	Ккал-158, Белки-5, Жиры-8, У/в-7	29-20
200	Каша Дружба молочная с маслом	Ккал-130, Белки-4, Жиры-3, У/в-22	33-56
113	Яблоко	У/в-12	19-27
200	Чай с сахаром	Ккал-58, У/в-15	3-13
Итого за 1-4 (85-20)-завтрак		Ккал-346, Белки-9, Жиры-11, У/в-56	85-16



Обед 5-11классы

270	Суп пюре из овощей с гренками с филе кур 250/10/10	Ккал-118, Белки-4, Жиры-6, У/в-13	33-69
280	Плов Золотинка /огурец св.250/30	Ккал-187, Белки-4, Жиры-4, У/в-17	77-42
120	Яблоко	Белки-1, Жиры-1, У/в-13	20-46
200	Напиток с витаминами Витошка	Ккал-64, Белки-1, У/в-16	10-23
30	Хлеб Крестьянский витаминизированный	Ккал-74, Белки-2, У/в-15	3-22
25	Хлеб Чусовской обоготенный йодом	Ккал-63, Белки-2, У/в-9	2-68

Итого за Обед5-11(147-79) Ккал-505, Белки-13, Жиры-11, У/в-83 **147-70**

Итого за Ккал-1 930, Белки-58, Жиры-52, У/в-306 **401-80**

Директор



Роганов
Владимир
Владимирович

Бухгалтер

Заведующая
производством
столовой

Новоселова
Юлия Андреевна

Согласовано _____