

Школы 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	11-39
100	Шаньга со сметаной	Ккал-368, Белки-9, Жиры-14, У/в-51	23-51
Итого за Полдник(35-00)		Ккал-443, Белки-9, Жиры-14, У/в-70	34-90

Комплекс1 (5-11классы)

305	Плов Золотинка огурец 280/25	Ккал-187, Белки-4, Жиры-4, У/в-17	105-80
100	Яблоко	У/в-10	16-20
200	Напиток с витаминами Витошка	Ккал-64, Белки-1, У/в-16	10-23
20	Хлеб Крестьянский витаминизированный	Ккал-49, Белки-2, У/в-10	2-14
Итого за 5-11 (125-00) -135		Ккал-300, Белки-8, Жиры-5, У/в-54	134-37

Комплекс (1-4 классы)

50	Бутерброд Школьный на батоне 15/10/25	Ккал-158, Белки-5, Жиры-8, У/в-7	36-55
200	Каша Дружба молочная с маслом	Ккал-130, Белки-4, Жиры-3, У/в-22	27-06
108	Яблоко	У/в-11	18-41
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	85-15

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	34-50
280	Плов Золотинка /огурец св.250/30	Ккал-187, Белки-4, Жиры-4, У/в-17	83-43
100	Яблоко	У/в-10	17-05
200	Напиток с витаминами Витошка	Ккал-64, Белки-1, У/в-16	10-23
20	Хлеб Крестьянский витаминизированный	Ккал-49, Белки-2, У/в-10	2-14
Итого за Обед5-11(147-79)		Ккал-418, Белки-11, Жиры-10, У/в-67	147-35

Итого за Ккал-1 507, Белки-37, Жиры-40, У/в-246 **401-77**

Директор

Роганов
Владимир
Владимирович

Бухгалтер

Заведующая
производством
столовойНовоселова
Юлия Андреевна