

Школы Родники ()

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

Полдник

200	Чай с сахаром	Ккал-58, У/в-15	3-13
69	Пирожок слоеный с творогом		31-74
Итого за Полдник(35-00)		Ккал-58, У/в-15	34-87

Комплекс I (5-11 классы)

100	Филе куриное тушеное в сметанном соусе	Ккал-253, Белки-23, Жиры-13, У/в-21	70-42
190	Пюре картофельное/горошек конс.180/10	Ккал-160, Белки-4, Жиры-4, У/в-25	36-10
120	Яблоко	Белки-1, Жиры-1, У/в-13	20-46
200	Чай с сахаром	Ккал-58, У/в-15	3-13
20	Хлеб Крестьянский витаминизированный	Ккал-49, Белки-2, У/в-10	2-34
20	Хлеб Чусовской обоготенный йодом	Ккал-50, Белки-1, У/в-7	2-34
Итого за 5-11 (125-00) -135		Ккал-570, Белки-31, Жиры-18, У/в-90	134-79

Комплекс (1-4 классы)

250	Творожный пудинг	Ккал-217, Белки-16, Жиры-9, У/в-17	72-46
20	Соус клубничный	Ккал-5, У/в-1	4-71
200	Чай с сахаром	Ккал-58, У/в-15	3-13
30	Батон Золотинка	Ккал-70, Белки-2, У/в-15	4-90
Итого за 1-4 (85-20)-завтрак		Ккал-350, Белки-18, Жиры-9, У/в-48	85-20

Обед 5-11 классы

270	Суп картофельный с бобовыми и гречками с мясом. 250/10/10	Ккал-167, Белки-6, Жиры-6, У/в-22	24-41
140	Котлета по Домашнему с соусом	Ккал-212, Белки-13, Жиры-15, У/в-9	62-50
180	Пюре картофельное.	Ккал-160, Белки-4, Жиры-4, У/в-25	32-23
200	Компот из вишни	Ккал-128, У/в-32	26-81
15	Хлеб Крестьянский витаминизированный	Ккал-37, Белки-1, У/в-8	1-76
Итого за Обед5-11(147-79)		Ккал-703, Белки-25, Жиры-25, У/в-95	147-71

Итого за Ккал-1 681, Белки-74, Жиры-53, У/в-248 **402-57**

Директор

Роганов
Владимир
Владимирович

Бухгалтер

Заведующая
производством
столовой

Новоселова
Юлия Андреевна

Согласовано

