

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
75	Крендель с сахаром	Ккал-83, Белки-1, У/в-9	31-37
Итого за Полдник(35-00)		Ккал-141, Белки-2, У/в-24	34-50

Комплекс1 (5-11классы)

100	Огурчик хрустящий (с зеленью и маслом)	Ккал-67, Белки-1, Жиры-6, У/в-2	33-67
110	Яблоко	У/в-10	18-76
100	Гуляш из свинины с отрубями	Ккал-161, Белки-12, Жиры-10, У/в-13	57-24
180	Каша гречневая рассыпчатая.	Ккал-279, Белки-8, Жиры-11, У/в-41	17-23
205	Чай с лимоном 200/5	Ккал-39, У/в-10	4-52
25	Хлеб Крестьянский витаминизированный	Ккал-61, Белки-2, У/в-13	2-92
Итого за 5-11 (125-00) -135		Ккал-607, Белки-24, Жиры-27, У/в-89	134-34

Комплекс (1-4 классы)

45	Батон с маслом сливочным и сыром 25/10/10	Ккал-135, Белки-6, Жиры-9, У/в-14	31-21
200	Каша пшеничная молочная с маслом	Ккал-215, Белки-7, Жиры-7, У/в-33	24-36
130	Яблоко	Белки-1, Жиры-1, У/в-14	22-17
205	Чай с лимоном 200/5	Ккал-39, У/в-10	4-52
25	Хлеб Чусовской обоготенный йодом	Ккал-63, Белки-2, У/в-9	2-92
Итого за 1-4 (85-20)-завтрак		Ккал-452, Белки-15, Жиры-16, У/в-79	85-18



Обед 5-11классы

100	Огурчик хрустящий (с зеленью и маслом)	Ккал-67, Белки-1, Жиры-6, У/в-2	33-67
260	Суп крестьянский с крупой с мясом. 250/10	Ккал-117, Белки-3, Жиры-6, У/в-21	25-26
100	Гуляш из свинины с отрубями	Ккал-161, Белки-12, Жиры-10, У/в-13	57-24
180	Каша гречневая рассыпчатая.	Ккал-279, Белки-8, Жиры-11, У/в-41	17-23
200	Напиток с витаминами Витошка	Ккал-64, Белки-1, У/в-16	10-23
35	Хлеб Крестьянский витаминизированный	Ккал-86, Белки-3, У/в-18	4-09

Итого за Обед5-11(147-79) Ккал-773, Белки-28, Жиры-33, У/в-111 **147-72**


Итого за Ккал-1 973, Белки-68, Жиры-76, У/в-303 **401-74**

Директор


Роганов
Владимир
Владимирович

Бухгалтер

Заведующая
производством
столовой


Новоселова
Юлия Андреевна

Согласовано _____