

Школы Родники 0

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

Полдник

200 **Компот из яблок с ягодами** Ккал-75, У/в-19 **17-99**

85 **Булочка с корицей** Ккал-247, Белки-7, Жиры-4, У/в-48 **16-93**

Итого за Полдник(35-00) Ккал-322, Белки-7, Жиры-4, У/в-67 **34-92**

Комплекс1 (5-11классы)

100 **Индейка по Люблински** Ккал-249, Белки-27, Жиры-18, У/в-10 **88-51**

220 **Фузилли(спиральки)/помидор
св. 180/40** Ккал-222, Белки-6, Жиры-5, У/в-39 **29-01**

200 **Компот из кураги** Ккал-83, Белки-1, У/в-20 **12-84**

35 **Хлеб Крестьянский
витаминизированный** Ккал-86, Белки-3, У/в-18 **4-09**

Итого за 5-11 (125-00) -135 Ккал-640, Белки-37, Жиры-23, У/в-87 **134-45**

Комплекс (1-4 классы)

105 **Тефтели из мяса с соусом** Ккал-262, Белки-10, Жиры-17, У/в-17 **54-70**

150 **Рис припущенный.** Ккал-220, Белки-4, Жиры-6, У/в-37 **19-32**

210 **Чай с лимоном 200/10** Ккал-39, У/в-10 **5-91**

45 **Хлеб Крестьянский
витаминизированный** Ккал-110, Белки-3, Жиры-1, У/в-23 **5-26**

Итого за 1-4 (85-20)-завтрак Ккал-631, Белки-17, Жиры-23, У/в-87 **85-19**

Обед 5-11классы

270 **Уха рыбацкая .250/20** Ккал-74, Белки-4, Жиры-1, У/в-5 **26-23**

100 **Индейка по Люблински** Ккал-249, Белки-27, Жиры-18, У/в-10 **88-51**

180 **Фузилли. (спиральки)** Ккал-222, Белки-6, Жиры-5, У/в-39 **14-36**

200 **Компот из кураги** Ккал-83, Белки-1, У/в-20 **12-84**

50 **Хлеб Крестьянский
витаминизированный** Ккал-123, Белки-4, Жиры-1, У/в-25 **5-85**

Итого за Обед5-11(147-79) Ккал-751, Белки-42, Жиры-25, У/в-100 **147-79**

Итого за Ккал-2 344, Белки-102, Жиры-76, У/в-340 **402-35**

Директор

Роганов
Владимир
Владимирович

Бухгалтер

Заведующая
производством
столовойНовоселова
Юлия Андреевна

Согласовано