

Школы Родники ()

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Полдник</u>			
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
<u>Комплекc1 (5-11классы)</u>			
100	Салат из капусты с луком	Ккал-114, Белки-1, Жиры-9, У/в-8	8-98
300	Плов Золотинка	Ккал-224, Белки-5, Жиры-5, У/в-21	91-29
120	Яблоко	Белки-1, Жиры-1, У/в-13	19-44
200	Напиток с витаминами	Ккал-64, Белки-1, У/в-16	10-23
	Витошка		
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-502, Белки-11, Жиры-14, У/в-74	134-62
<u>Комплекc (1-4 классы)</u>			
45	Батон с сыром 25/20	Ккал-104, Белки-5, Жиры-3, У/в-14	25-85
200	Каша Дружба молочная с маслом	Ккал-130, Белки-4, Жиры-3, У/в-22	27-06
135	Яблоко	Белки-1, Жиры-1, У/в-14	23-02
200	Чай с молоком	Ккал-55, Белки-2, Жиры-2, У/в-9	9-14
Итого за 1-4 (85-20)-завтрак		Ккал-289, Белки-11, Жиры-8, У/в-59	85-07
<u>Обед 5-11классы</u>			
75	Салат из капусты с луком	Ккал-86, Белки-1, Жиры-7, У/в-6	6-74
270	Суп пюре из овощей с гренокми с филе кур 250/10/10	Ккал-118, Белки-4, Жиры-6, У/в-13	33-06
250	Плов Золотинка	Ккал-187, Белки-4, Жиры-4, У/в-17	76-07
110	Яблоко	У/в-11	18-76
200	Напиток с витаминами	Ккал-64, Белки-1, У/в-16	10-23
	Витошка		
25	Хлеб Крестьянский витаминизированный	Ккал-61, Белки-2, У/в-13	2-92
Итого за Обед5-11(147-79)		Ккал-516, Белки-12, Жиры-17, У/в-76	147-78
Итого за		Ккал-1 750, Белки-43, Жиры-53, У/в-279	402-37



Директор

Роганов
Владимир
Владимирович

Бухгалтер

Заведующая
производством
столовой

Новоселова
Юлия Андреевна

Согласовано