

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 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 | 87-32 |
| 225 | Фузилли(спиральки)/помидор св. 180/45 | Ккал-222, Белки-6, Жиры-5, У/в-39 | 30-63 |
| 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 **134-88**

Комплекс (1-4 классы)

| | | | |
|-----|---|-------------------------------------|--------------|
| 105 | Тефтели из мяса с соусом | Ккал-262, Белки-10, Жиры-17, У/в-17 | 54-73 |
| 150 | Рис припущенный. | Ккал-220, Белки-4, Жиры-6, У/в-37 | 19-32 |
| 207 | Чай с лимоном 200/7 | Ккал-60, У/в-15 | 5-08 |
| 50 | Хлеб Крестьянский витаминизированный | Ккал-123, Белки-4, Жиры-1, У/в-25 | 5-85 |

Итого за 1-4 (85-20)-завтрак Ккал-665, Белки-17, Жиры-24, У/в-95 **84-98**

Обед 5-11классы

| | | | |
|-----|---|-------------------------------------|--------------|
| 270 | Уха рыбацкая .250/20 | Ккал-74, Белки-4, Жиры-1, У/в-5 | 27-20 |
| 100 | Индейка по Люблински | Ккал-249, Белки-27, Жиры-18, У/в-10 | 87-32 |
| 180 | Фузилли. (спиральки) | Ккал-222, Белки-6, Жиры-5, У/в-39 | 16-02 |
| 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 Обед5-11(147-79) Ккал-714, Белки-40, Жиры-25, У/в-92 **147-47**

Итого за Ккал-2 341, Белки-101, Жиры-76, У/в-340 **402-25**

Директор

Роганов
Владимир
Владимирович

Бухгалтер

Заведующая
производством
столовойНовоселова
Юлия Андреевна

Согласовано