

Школы Родники ()

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Полдник</u>			
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
<u>Комплекс1 (5-11классы)</u>			
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)		Ккал-607, Белки-24, Жиры-27, У/в-89	134-34
<u>Комплекс (1-4 классы)</u>			
55	Бутерброд Школьный на батоне 25/10/20	Ккал-158, Белки-5, Жиры-8, У/в-7	34-78
200	Каша пшеничная молочная с маслом	Ккал-215, Белки-7, Жиры-7, У/в-33	24-36
120	Яблоко	Белки-1, Жиры-1, У/в-13	20-46
200	Чай с сахаром	Ккал-58, У/в-15	3-13
20	Хлеб Чусовской обогащенный йодом	Ккал-50, Белки-1, У/в-7	2-34
Итого за 1-4 (85-20)-завтрак		Ккал-482, Белки-13, Жиры-15, У/в-75	85-07



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	25-72
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
30	Хлеб Крестьянский витаминизированный	Ккал-74, Белки-2, У/в-15	3-51
Итого за Обед 5-11(147-79)		Ккал-761, Белки-28, Жиры-33, У/в-109	147-60
Итого за		Ккал-1 991, Белки-66, Жиры-75, У/в-297	401-51

Директор

Роганов
Владимир
Владимирович

Бухгалтер

Заведующая
производством
столовой

Новоселова
Юлия Андреевна

Согласовано