

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	31-86
Итого за Полдник(35-00)		Ккал-141, Белки-2, У/в-24	34-99

Комплексы (5-11 классы)

80	Огурчик хрустящий (с зеленью и маслом)	Ккал-53, Белки-1, Жиры-5, У/в-2	34-89
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	16-74
204	Чай с лимоном, 200/4	Ккал-38, У/в-10	4-24
25	Хлеб Крестьянский витаминизированный	Ккал-61, Белки-2, У/в-13	2-92
Итого за 5-11 (125-00) -135		Ккал-593, Белки-23, Жиры-26, У/в-89	134-79

Комплексы (1-4 классы)

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
110	Яблоко	У/в-11	18-76
200	Чай с сахаром	Ккал-58, У/в-15	3-13
25	Батон Золотинка	Ккал-58, Белки-2, У/в-12	4-09
Итого за 1-4 (85-20)-завтрак		Ккал-490, Белки-14, Жиры-15, У/в-79	85-12

Обед 5-Классы

80	Огурчик хрустящий (с зеленью и маслом)	Ккал-53, Белки-1, Жиры-5, У/в-2	34-89
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	16-74
200	Напиток с витаминами Витошка	Ккал-64, Белки-1, У/в-16	10-23
25	Хлеб Крестьянский витаминизированный	Ккал-61, Белки-2, У/в-13	2-92
Итого за Обед 5-11 (147-79)		Ккал-736, Белки-27, Жиры-32, У/в-106	147-74
Итого за		Ккал-1 960, Белки-66, Жиры-73, У/в-298	402-64

Директор

Роганов
Владимир
Владимирович

Бухгалтер

Заведующая
производством
столовой

Новоселова
Юлия Андреевна

Согласовано

