



Школа 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	11-65
100	Манник	Ккал-376, Белки-5, Жиры-19, У/в-46	27-14
Итого за Полдник(50-00)		Ккал-451, Белки-5, Жиры-19, У/в-65	38-79
<u>Комплексе (1-4 классы)</u>			
45	Помидор с зеленью и маслом	Ккал-30, Жиры-3, У/в-1	23-70
120	Чикен болл в сметанном соусе	Ккал-178, Белки-12, Жиры-17, У/в-14	62-59
150	Фузилли (спиральки)	Ккал-225, Белки-5, Жиры-10, У/в-31	16-14
200	Чай с сахаром	Ккал-58, У/в-15	3-13
25	Хлеб Крестьянский витаминизированный	Ккал-61, Белки-2, У/в-13	3-07
Итого за 1-4 (108,64)-завтрак		Ккал-552, Белки-20, Жиры-30, У/в-73	108-63
<u>Обед 5-11классы</u>			
30	Помидор с зеленью и маслом	Ккал-20, Жиры-2, У/в-1	13-70
250/10	Рассольник Ленинградский со сметаной с мясом,	Ккал-127, Белки-2, Жиры-6, У/в-16	32-66
250	Плов Золотинка из индейки с булгуром.	Ккал-381, Белки-16, Жиры-19, У/в-35	101-16
200	Компот из сухофруктов	Ккал-110, Белки-1, У/в-27	6-26
25	Хлеб Крестьянский витаминизированный	Ккал-61, Белки-2, У/в-13	3-07
25	Хлеб Чусовской обогащенный йодом	Ккал-63, Белки-2, У/в-9	3-07
Итого за Обед5-11(160-00)		Ккал-763, Белки-23, Жиры-27, У/в-100	159-92
<u>Комплексе1 (5-11классы)</u>			
260	Плов Золотинка из индейки с булгуром.	Ккал-396, Белки-17, Жиры-19, У/в-36	106-21
200	Чай с сахаром	Ккал-58, У/в-15	3-13
25	Хлеб Крестьянский витаминизированный	Ккал-61, Белки-2, У/в-13	3-07
38	Слойка с малиной	Ккал-111, Белки-2, У/в-13	32-48
Итого за 5-11 (145,00)		Ккал-627, Белки-21, Жиры-20, У/в-76	144-89
Итого за		Ккал-2 393, Белки-69, Жиры-96, У/в-314	452-23

Общ

Директор

Роганов
Владимир
Владимирович

Бухгалтер

Заведующая
производством
столовой

Новоселова
Юлия Андреевна

Согласовано




