

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 вишни	Ккал-128, У/в-32	33-63
85	Булочка с корицей	Ккал-247, Белки-7, Жиры-4, У/в-48	19-34
Итого за Полдник(50-00)		Ккал-375, Белки-7, Жиры-4, У/в-80	52-97
<u>Комплекс (1-4 классы)</u>			
105	Тефтели из мяса с соусом	Ккал-262, Белки-10, Жиры-17, У/в-17	56-16
215	Рис припущенный./горошек кон. 180/35	Ккал-231, Белки-4, Жиры-4, У/в-45	41-85
203	Чай с лимоном. 200/3	Ккал-38, У/в-10	4-02
50	Хлеб Крестьянский витаминизированный	Ккал-123, Белки-4, Жиры-1, У/в-25	6-23
Итого за 1-4 (108,64)-завтрак		Ккал-653, Белки-18, Жиры-22, У/в-96	108-26
<u>Комплекс4 (5-11классы)</u>			
250/10	Борщ с капустой и картофелем со сметаной с мясом.	Ккал-114, Белки-2, Жиры-6, У/в-13	33-25
100	Индейка по Люблински	Ккал-249, Белки-27, Жиры-18, У/в-10	89-95
240	Фузилли(спиральки)./огурец св.180/60	Ккал-222, Белки-6, Жиры-5, У/в-39	53-38
200	Компот из кураги	Ккал-83, Белки-1, У/в-20	13-03
25	Хлеб Крестьянский витаминизированный	Ккал-61, Белки-2, У/в-13	3-11
Итого за 5-11 (192-84)обед		Ккал-729, Белки-38, Жиры-29, У/в-95	192-72
<u>Обед 5-11классы</u>			
250/15	Борщ с капустой и картофелем со сметаной с мясом	Ккал-114, Белки-2, Жиры-6, У/в-13	38-81
100	Индейка по Люблински	Ккал-249, Белки-27, Жиры-18, У/в-10	89-95
180	Фузилли. (спиральки)	Ккал-222, Белки-6, Жиры-5, У/в-39	14-74
200	Компот из кураги	Ккал-83, Белки-1, У/в-20	13-03
25	Хлеб Крестьянский витаминизированный	Ккал-61, Белки-2, У/в-13	3-11
Итого за Обед5-11(160-00)		Ккал-729, Белки-38, Жиры-29, У/в-95	159-64

Комплекс1 (5-11классы)

100	Индейка по Люблински	Ккал-249, Белки-27, Жиры-18, У/в-10	89-95
215	Фузилли(спиральки)./огурец св.180/35	Ккал-222, Белки-6, Жиры-5, У/в-39	38-78
200	Компот из кураги	Ккал-83, Белки-1, У/в-20	13-03
25	Хлеб Крестьянский витаминизированный	Ккал-61, Белки-2, У/в-13	3-11

Итого за 5-11 (145,00) Ккал-615, Белки-36, Жиры-23, У/в-82 **144-87**

Итого за Ккал-3 103, Белки-138, Жиры-107, У/в-448 **658-46**

Директор

Роганов
Владимир
Владимирович

Бухгалтер

Заведующая
производством
столовой

Новоселова
Юлия Андреевна

Согласовано