



Школа Родники ()

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
-----------	--------------------	---	-------------------------

Полдник

200 **Компот из яблок** Ккал-75, У/в-19 **11-82**

120 **Манник** Ккал-452, Белки-6, Жиры-23, У/в-55 **32-87**

Итого за Полдник(50-00) Ккал-527, Белки-6, Жиры-23, У/в-74 **44-69**

Комплекс (1-4 классы)

100 **Суфле "Рыбка"** Ккал-198, Белки-14, Жиры-12, У/в-10 **65-79**

150 **Пюре картофельное** Ккал-212, Белки-6, Жиры-11, У/в-57 **34-31**

208 **Чай с лимоном 200/8** Ккал-60, У/в-15 **5-43**

25 **Хлеб Крестьянский витаминизированный** Ккал-61, Белки-2, У/в-13 **3-11**

Итого за 1-4 (108,64)-завтрак Ккал-531, Белки-22, Жиры-23, У/в-94 **108-64**

Обед 5-11классы

250/15 **Рассольник Ленинградский со сметаной с мясом,..** Ккал-125, Белки-2, Жиры-6, У/в-15 **49-84**

110 **Поджарка из индейки** Ккал-303, Белки-28, Жиры-18, У/в-20 **76-88**

180 **Фузилли. (спиральки)** Ккал-222, Белки-6, Жиры-5, У/в-39 **19-58**

200 **Напиток из шиповника** Ккал-131, Белки-1, У/в-32 **10-33**

27 **Хлеб Крестьянский витаминизированный** Ккал-66, Белки-2, У/в-14 **3-37**

Итого за Обед5-11(160-00) Ккал-847, Белки-40, Жиры-29, У/в-120 **160-00**

Комплекс1 (5-11классы)

100 **Поджарка из индейки** Ккал-276, Белки-26, Жиры-17, У/в-19 **69-89**

215 **Пюре картофельное/помидор св. 180/35** Ккал-160, Белки-4, Жиры-4, У/в-25 **58-48**

200 **Напиток из шиповника** Ккал-131, Белки-1, У/в-32 **10-33**

50 **Хлеб Крестьянский витаминизированный** Ккал-123, Белки-4, Жиры-1, У/в-25 **6-23**

Итого за 5-11 (145,00) Ккал-689, Белки-34, Жиры-22, У/в-100 **144-93**

Итого за Ккал-2 594, Белки-102, Жиры-97, У/в-388 **458-26**

Директор

Роганов
Владимир
Владимирович

Бухгалтер

Заведующая
производством
столовойНовоселова
Юлия Андреевна

Согласовано