



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
100	Манник	Ккал-376, Белки-5, Жиры-19, У/в-46	27-54
Итого за Полдник(50-00)		Ккал-451, Белки-5, Жиры-19, У/в-65	39-36

Комплекс (1-4 классы)

45	Помидор с зеленью и маслом	Ккал-30, Жиры-3, У/в-1	22-98
100	Чикен болл в сметанном соусе	Ккал-178, Белки-12, Жиры-17, У/в-14	60-13
150	Фузилли (спиральки)	Ккал-225, Белки-5, Жиры-10, У/в-31	18-15
203	Чай с лимоном. 200/3	Ккал-38, У/в-10	4-02
25	Хлеб Крестьянский витаминизированный	Ккал-61, Белки-2, У/в-13	3-11
Итого за 1-4 (108,64)-завтрак		Ккал-532, Белки-20, Жиры-30, У/в-67	108-39

Обед 5-11классы

20	Помидор с зеленью и маслом	Ккал-13, Жиры-1	10-21
250/5	Рассольник Ленинградский со сметаной с мясом,	Ккал-125, Белки-2, Жиры-6, У/в-15	39-02
250	Плов Золотинка из индейки с булгуром.	Ккал-381, Белки-16, Жиры-19, У/в-35	100-92
200	Чай с сахаром	Ккал-58, У/в-15	3-17
25	Хлеб Крестьянский витаминизированный	Ккал-61, Белки-2, У/в-13	3-11
25	Хлеб Чусовской обогащенный йодом	Ккал-63, Белки-2, У/в-9	3-11
Итого за Обед5-11(160-00)		Ккал-701, Белки-22, Жиры-26, У/в-87	159-54

Комплекс1 (5-11классы)

250	Плов Золотинка из индейки с булгуром.	Ккал-381, Белки-16, Жиры-19, У/в-35	100-92
200	Компот из сухофруктов	Ккал-110, Белки-1, У/в-27	6-36
25	Хлеб Крестьянский витаминизированный	Ккал-61, Белки-2, У/в-13	3-11
38	Слойка с малиной	Ккал-111, Белки-2, У/в-13	34-61
Итого за 5-11 (145,00)		Ккал-664, Белки-21, Жиры-19, У/в-87	145-00
Итого за		Ккал-2 348, Белки-68, Жиры-95, У/в-307	452-29

Директор


Роганов
Владимир
Владимирович

Бухгалтер

Заведующая
производством
столовой



Новоселова
Юлия Андреевна

Согласовано
