

Школа Родники ()

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

Полдник

200 **Компот из кураги** Ккал-83, Белки-1, У/в-20 **13-03**

85 **Булочка с корицей** Ккал-247, Белки-7, Жиры-4, У/в-48 **19-34**

Итого за Полдник(50-00) Ккал-330, Белки-7, Жиры-4, У/в-68 **32-37**

Комплекс (1-4 классы)

105 **Тефтели из мяса с соусом** Ккал-262, Белки-10, Жиры-17, У/в-17 **58-26**

200 **Рис припущенный./огурец св. 180/20** Ккал-231, Белки-4, Жиры-4, У/в-45 **38-84**

206 **Чай с лимоном 200/6** Ккал-39, У/в-10 **4-87**

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

Итого за 1-4 (108,64)-завтрак Ккал-654, Белки-18, Жиры-22, У/в-97 **108-20**

Обед 5-11классы

260 **Уха рыбацкая 250/10** Ккал-148, Белки-3, Жиры-3, У/в-12 **24-30**

105 **Индейка по Люблински** Ккал-261, Белки-29, Жиры-19, У/в-11 **93-92**

150/10 **Фузилли(спиральки)/помидоры св.** Ккал-174, Белки-5, Жиры-4, У/в-30 **25-27**

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-728, Белки-39, Жиры-26, У/в-86 **159-63**

Комплекс1 (5-11классы)

100 **Индейка по Люблински** Ккал-249, Белки-27, Жиры-18, У/в-10 **90-20**

215 **Фузилли(спиральки)./помидор св. 180/35** Ккал-222, Белки-6, Жиры-5, У/в-39 **38-34**

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 **144-68**

Итого за Ккал-2 328, Белки-100, Жиры-75, У/в-333 **444-88**

Директор

Роганов
Владимир
Владимирович

Бухгалтер

Заведующая
производством
столовой

Новоселова
Юлия Андреевна

Согласовано
