

Школы 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 **Булочка с корицей** Ккал-388, Белки-11, Жиры-7, У/в-75 **37-61**

Итого за Полдник(50-00) Ккал-463, Белки-11, Жиры-7, У/в-94 **49-43**

Комплекс (1-4 классы)

28 **Закуска "Огурец Молодец"** Ккал-14, Жиры-1, У/в-1 **17-89**

100 **Голень запеченная в пряном соусе** Ккал-200, Белки-12, Жиры-9, У/в-8 **63-02**

150 **Рис припущенный Овощной букет.** Ккал-198, Белки-5, Жиры-8, У/в-29 **33-29**

200 **Компот из смородины** Ккал-91, У/в-48 **31-88**

25 **Хлеб Крестьянский витаминизированный** Ккал-61, Белки-2, У/в-13 **3-44**

Итого за 1-4 (149,52)-завтрак Ккал-565, Белки-20, Жиры-19, У/в-98 **149-52**

Обед 5-11классы

250 **Борщ с капустой и картофелем без сметаны** Ккал-143, Белки-3, Жиры-7, У/в-16 **16-89**

90 **Индейка по Люблински** Ккал-224, Белки-25, Жиры-17, У/в-9 **97-24**

180 **Макаронные изделия отварные с сыром** Ккал-154, Белки-6, Жиры-6, У/в-22 **60-40**

200 **Компот из ягодной смеси** Ккал-91, У/в-48 **13-39**

25 **Хлеб Крестьянский витаминизированный** Ккал-61, Белки-2, У/в-13 **3-44**

Итого за Обед5-11(206.94) Ккал-673, Белки-35, Жиры-30, У/в-108 **191-36**

Комплекс1 (5-11классы)

48	Икра из кабачков	Ккал-23, Жиры-2, У/в-1	9-12
100	Зразы Демидовские с фаршем из яиц и ветчины	Ккал-334, Белки-16, Жиры-24, У/в-12	82-83
180	Рис припущенный Овощной букет	Ккал-238, Белки-6, Жиры-9, У/в-34	39-94
140	Яблоко	Ккал-66, Белки-1, Жиры-1, У/в-13	24-23
200	Компот из ягодной смеси	Ккал-91, У/в-48	13-82
25	Хлеб Крестьянский витаминизированный	Ккал-61, Белки-2, У/в-13	3-44
25	Хлеб Чусовской обоготченныи йодом	Ккал-63, Белки-2, У/в-9	3-44
Итого за 5-11 (176,94) родит		Ккал-875, Белки-26, Жиры-36, У/в-130	176-82
Итого за		Ккал-2 576, Белки-92, Жиры-91, У/в-429	567-13

Директор

Роганов
Владимир
Владимирович

Бухгалтер

Заведующая
производством
столовой

Новоселова
Юлия Андреевна

Согласовано