



Школы Родники ()

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

Полдник

200 **Компот из клубники** Ккал-128, У/в-32 **18-80**

80 **Коржик молочный** **29-48**

Итого за Полдник(50-00) Ккал-128, У/в-32 **48-28**

Комплекс (1-4 классы)

24 **Закуска "Сеньор помидор"** Ккал-10, Жиры-1 **11-21**

100 **Филе куриное тушеное в сметанном соусе** Ккал-253, Белки-23, Жиры-13, У/в-21 **76-17**

150 **Рис припущенный Овощной букет.** Ккал-198, Белки-5, Жиры-8, У/в-29 **33-32**

200 **Компот "Вишенка"** Ккал-128, У/в-32 **21-83**

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

25 **Хлеб Чусовской обоготенный йодом** Ккал-63, Белки-2, У/в-9 **3-44**

Итого за 1-4 (149,52)-завтрак Ккал-712, Белки-32, Жиры-22, У/в-103 **149-41**

Обед 5-11классы

200 **Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной и зеленью.** Ккал-70, Белки-2, Жиры-4, У/в-8 **16-21**

110 **Фрикадельки мясные с соусом** Ккал-303, Белки-17, Жиры-20, У/в-11 **120-12**

180 **Каша гречневая с овощами** Ккал-279, Белки-8, Жиры-11, У/в-41 **31-59**

90 **Мандарин** Ккал-30, У/в-11 **25-20**

200 **Напиток с витаминами Витошка** Ккал-64, Белки-1, У/в-16 **10-38**

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

Итого за Обед5-11(206.94) Ккал-807, Белки-31, Жиры-36, У/в-99 **206-94**

Комплекс1 (5-11классы)

30	Икра из кабачков	Ккал-14, Жиры-1, У/в-1	11-71
120	Поджарка из индейки	Ккал-331, Белки-31, Жиры-20, У/в-22	101-37
180	Рис припущенный с овощами з/к.	Ккал-239, Белки-6, Жиры-9, У/в-35	43-16
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 обоготенный йодом	Ккал-63, Белки-2, У/в-9	3-44
Итого за 5-11 (176,94) родит		Ккал-799, Белки-41, Жиры-31, У/в-127	176-94
Итого за		Ккал-2 446, Белки-105, Жиры-89, У/в-361	581-57

Директор

Роганов
Владимир
Владимирович

Бухгалтер

Заведующая
производством
столовой

Новоселова
Юлия Андреевна

Согласовано