

Школы Родники ()

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Полдник</u>			
200	Компот из яблок	Ккал-82, У/в-20	11-82
100	Булочка с корицей	Ккал-291, Белки-8, Жиры-5, У/в-57	38-18
Итого за Полдник(50-00)		Ккал-373, Белки-8, Жиры-5, У/в-77	50-00
<u>Комплекс (1-4 классы)</u>			
25/10/1 0	Батон с маслом сливочным и сыром	Ккал-135, Белки-6, Жиры-9, У/в-14	40-42
220	Каша ячневая молочная с маслом	Ккал-227, Белки-7, Жиры-6, У/в-34	31-39
136	Мандарин	Ккал-45, Белки-1, Жиры-1, У/в-17	38-67
203	Чай с лимоном. 200/3	Ккал-38, У/в-10	4-72
60	Блинчики с начинкой	Ккал-155, Белки-3, Жиры-4, У/в-55	34-11
Итого за 1-4 (149,52)-завтрак		Ккал-599, Белки-16, Жиры-20, У/в-129	149-31
<u>Обед 5-11классы</u>			
250/5/5	Суп лапша домашняя с филе кур..	Ккал-176, Белки-7, Жиры-14, У/в-34	29-91
250	Жаркое по домашнему из говядины	Ккал-338, Белки-15, Жиры-25, У/в-12	162-41
200	Компот из сухофруктов	Ккал-92, У/в-22	6-36
30	Хлеб Крестьянский витаминизированный	Ккал-74, Белки-2, У/в-15	4-13
30	Хлеб Чусовской обоготенный йодом	Ккал-76, Белки-2, У/в-11	4-13
Итого за Обед5-11(206.94)		Ккал-755, Белки-27, Жиры-40, У/в-94	206-94
<u>Комплекс1 (5-11классы)</u>			
100	Филе запеченное со сметаной с сыром 75/15/10	Ккал-202, Белки-24, Жиры-12, У/в-1	126-12
180	Каша гречневая рассычатая	Ккал-335, Белки-8, Жиры-10, У/в-41	20-81
120	Яблоко	Ккал-56, У/в-11	20-77
205	Чай с лимоном 200/5	Ккал-39, У/в-10	5-56
25	Хлеб Крестьянский витаминизированный	Ккал-61, Белки-2, У/в-13	3-44
Итого за 5-11 (176,94) родит		Ккал-693, Белки-35, Жиры-23, У/в-75	176-70
Итого за		Ккал-2 421, Белки-85, Жиры-87, У/в-374	582-95

Директор

Роганов
Владимир
Владимирович

Бухгалтер

Заведующая
производством
столовой

Новоселова
Юлия Андреевна

Согласовано