

Школы Родники ()

Выходной	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Полдник</u>			
200	Компот из кураги	Ккал-83, Белки-1, У/в-20	13-03
65	Пирожок слоеный с творогом		35-56
Итого за Полдник(50-00)		Ккал-83, Белки-1, У/в-20	48-59
<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
220/20	Творожный пудинг с соусом клубничным	Ккал-472, Белки-35, Жиры-20, У/в-37	104-38
203	Чай с лимоном. 200/3	Ккал-38, У/в-10	4-72
Итого за 1-4 (149,52)-завтрак		Ккал-645, Белки-41, Жиры-29, У/в-60	149-52
<u>Обед 5-11классы</u>			
250	Суп картофельный с бобовыми и гренками.	Ккал-80, Белки-3, Жиры-3, У/в-11	16-20
125	Котлеты Домашние	Ккал-265, Белки-17, Жиры-19, У/в-11	130-07
180	Пюре картофельное.	Ккал-160, Белки-4, Жиры-6, У/в-25	42-47
200	Компот из ягодной смеси	Ккал-91, У/в-48	13-82
30	Хлеб Крестьянский витаминизированный	Ккал-74, Белки-2, У/в-15	4-13
Итого за Обед5-11(206,94)		Ккал-669, Белки-26, Жиры-28, У/в-109	206-69
<u>Комплекс1 (5-11классы)</u>			
37	Закуска "Сеньор помидор"	Ккал-19, Жиры-1, У/в-1	17-27
120	Филе куриное тушеное в сметанном соусе	Ккал-303, Белки-28, Жиры-16, У/в-25	91-40
180	Рис припущенный Овощной букет.	Ккал-238, Белки-6, Жиры-9, У/в-34	40-54
200	Компот из облепихи	Ккал-91, У/в-48	20-76
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-774, Белки-38, Жиры-27, У/в-129	176-85
Итого за		Ккал-2 171, Белки-106, Жиры-84, У/в-319	581-65



Директор

Роганов
Владимир
Владимирович

Бухгалтер

Заведующая
производством
столовой

Новоселова
Юлия Андреевна

Согласовано

