

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 ягодной смеси	Ккал-91, У/в-48	13-39
120	Манник	Ккал-452, Белки-6, Жиры-23, У/в-55	33-68
Итого за Полдник(50-00)		Ккал-543, Белки-6, Жиры-23, У/в-103	47-07
<u>Комплекс (1-4 классы)</u>			
10	Закуска "Сеньор помидор"	Ккал-5	4-54
90	Рыба тушеная в томатном соусе с овощами	Ккал-145, Белки-23, Жиры-5, У/в-2	101-43
150	Пюре картофельное	Ккал-144, Белки-4, Жиры-6, У/в-17	35-39
203	Чай с лимоном. 200/3	Ккал-38, У/в-10	4-72
25	Хлеб Крестьянский витаминизированный	Ккал-61, Белки-2, У/в-13	3-44
Итого за 1-4 (149,52)-завтрак		Ккал-393, Белки-29, Жиры-11, У/в-42	149-52
<u>Обед 5-11классы</u>			
200	Рассольник Ленинградский со сметаной с мясом,	Ккал-130, Белки-2, Жиры-5, У/в-12	36-63
90	Индейка по-мексикански	Ккал-280, Белки-18, Жиры-21, У/в-5	98-94
180	Макаронные изделия отварные с сыром	Ккал-245, Белки-7, Жиры-6, У/в-38	60-40
208	Чай с лимоном 200/8	Ккал-60, У/в-15	7-53
25	Хлеб Крестьянский витаминизированный	Ккал-61, Белки-2, У/в-13	3-44
Итого за Обед5-11(206.94)		Ккал-776, Белки-29, Жиры-32, У/в-83	206-94
<u>Комплекс1 (5-11классы)</u>			
15	Закуска "Сеньор помидор"	Ккал-8, Жиры-1	7-20
100	Рыба тушеная в томатном соусе с овощами	Ккал-161, Белки-25, Жиры-5, У/в-3	112-71
180	Пюре картофельное	Ккал-173, Белки-5, Жиры-7, У/в-20	42-47
210	Чай с лимоном 200/10	Ккал-39, У/в-10	7-68
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-504, Белки-34, Жиры-13, У/в-55	176-94

Директор

Роганов
Владимир
Владимирович

Бухгалтер

Заведующая
производством
столовой

Новоселова
Юлия Андреевна

Согласовано




