

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 сухофруктов	Ккал-92, У/в-22	6-36
100	Булочка с корицей	Ккал-291, Белки-8, Жиры-5, У/в-57	38-18
Итого за Полдник(50-00)		Ккал-383, Белки-8, Жиры-5, У/в-79	44-54
<u>Комплекс (1-4 классы)</u>			
25/10/2 0	Батон с маслом сливочным и сыром,	Ккал-152, Белки-6, Жиры-9, У/в-14	54-01
230	Каша ячневая молочная с маслом	Ккал-237, Белки-7, Жиры-7, У/в-35	32-83
105	Яблоко	Ккал-49, У/в-9	20-77
207	Чай с лимоном 200/7	Ккал-60, У/в-15	6-41
60	Блинчики с начинкой	Ккал-155, Белки-3, Жиры-4, У/в-55	35-35
Итого за 1-4 (149,52)-завтрак		Ккал-653, Белки-16, Жиры-19, У/в-128	149-37
<u>Обед 5-11классы</u>			
200	Суп лапша домашняя с филе кур 250/20/2	Ккал-139, Белки-5, Жиры-11, У/в-26	27-97
230	Жаркое по домашнему из говядины	Ккал-311, Белки-14, Жиры-23, У/в-11	148-62
200	Компот "Вишенка"	Ккал-98, У/в-24	23-47
50	Хлеб Крестьянский витаминизированный	Ккал-123, Белки-4, Жиры-1, У/в-25	6-88
Итого за Обед5-11(206.94)		Ккал-671, Белки-23, Жиры-34, У/в-86	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 рассыпчатая.	Ккал-279, Белки-8, Жиры-11, У/в-41	20-81
105	Яблоко	Ккал-49, У/в-9	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-630, Белки-35, Жиры-23, У/в-74	176-70
Итого за		Ккал-2 337, Белки-82, Жиры-82, У/в-366	577-55



Директор



Роганов
Владимир
Владимирович

Бухгалтер

Заведующая
производством
столовой



Новоселова
Юлия Андреевна

Согласовано
