

Школа Родники

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

Комплекс 1 (5-11 классы)

30	Квашеная капуста по домашнему	Ккал-24, Жиры-1, У/в-2	5-16
180	Макаронные изделия отварные.	Ккал-222, Белки-6, Жиры-5, У/в-39	10-57
100	Индейка по Люблински	Ккал-249, Белки-27, Жиры-18, У/в-10	70-18
200	Компот из вишни	Ккал-91, У/в-48	13-79
25	Хлеб Крестьянский витаминизированный	Ккал-48, Белки-2, У/в-11	2-40
25	Хлеб Чусовской обоготенный йодом	Ккал-53, Белки-2, У/в-12	2-40
Итого за 5-11 (105-00)		Ккал-688, Белки-38, Жиры-25, У/в-122	104-50

Полдник

200	Напиток Золотой шар	Ккал-15, У/в-4	7-20
65	Пирожок слоеный с творогом		21-97
Итого за Полдник(30)		Ккал-15, У/в-4	29-17

Комплекс (1-4 классы)

35	Квашеная капуста по домашнему	Ккал-28, Белки-1, Жиры-2, У/в-3	6-02
150	Макаронные изделия отварные	Ккал-185, Белки-5, Жиры-4, У/в-32	8-82
90	Котлета рубленая из филе куриного с отрубями .	Ккал-332, Белки-20, Жиры-39, У/в-332	53-65
200/5	Чай с лимоном,,		4-56
25	Хлеб Крестьянский витаминизированный	Ккал-48, Белки-2, У/в-11	2-40
Итого за 1-4 (75-58)-завтрак		Ккал-594, Белки-27, Жиры-44, У/в-378	75-45

Обед 5-11классы

29	Квашеная капуста по домашнему	Ккал-23, Жиры-1, У/в-2	4-99
250/10	Борщ с капустой и картофелем со сметаной с мясом.	Ккал-114, Белки-2, Жиры-6, У/в-13	28-99
180	Макаронные изделия отварные.	Ккал-222, Белки-6, Жиры-5, У/в-39	10-57
100	Индейка по Люблински	Ккал-249, Белки-27, Жиры-18, У/в-10	70-18
200	Компот из вишни	Ккал-91, У/в-48	13-79
25	Хлеб Крестьянский витаминизированный	Ккал-48, Белки-2, У/в-11	2-40
Итого за Обед5-11(130-94)		Ккал-748, Белки-38, Жиры-30, У/в-123	130-92

Директор

Роганов
Владимир
Владимирович

Бухгалтер

Заведующая
производством
столовой

Луконина Ольга
Алексасовна

Согласовано