

30.09.2022

Школа Родники

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

Полдник

200	Компот из смородины	Ккал-91, У/в-48	20-40
75	Булочка Дорожная.	Ккал-394, Белки-8, Жиры-13, У/в-61	13-66
Итого за Полдник(30)		Ккал-485, Белки-8, Жиры-13, У/в-109	34-06

Комплекс (1-4 классы)

45	Помидоры свежие порционные	Ккал-10, У/в-2	7-92
150	Рис припущенный	Ккал-193, Белки-4, Жиры-3, У/в-37	13-35
120	Шницель мясной с соусом	Ккал-261, Белки-16, Жиры-14, У/в-16	46-24
200	Чай с сахаром	Ккал-58, У/в-15	3-09
25	Хлеб Чусовской обогащенный йодом	Ккал-53, Белки-2, У/в-12	2-40
25	Хлеб Крестьянский витаминизированный	Ккал-48, Белки-2, У/в-11	2-40
Итого за 1-4 (75-58)-завтрак		Ккал-623, Белки-23, Жиры-18, У/в-92	75-40

Обед 5-11 классы

30	Горошек консервированный	Ккал-47, Жиры-4, У/в-2	12-35
250/10	Борщ с капустой и картофелем со сметаной с мясом.	Ккал-114, Белки-2, Жиры-6, У/в-13	26-22
180	Макароны запеченные с сыром	Ккал-301, Белки-10, Жиры-11, У/в-38	26-99
100	Соус Болонье	Ккал-213, Белки-13, Жиры-17, У/в-9	50-94
200	Напиток с витаминами Витоника	Ккал-15, Белки-2, У/в-4	9-52
25	Хлеб Чусовской обогащенный йодом	Ккал-53, Белки-2, У/в-12	2-40
25	Хлеб Крестьянский витаминизированный	Ккал-48, Белки-2, У/в-11	2-40
Итого за Обед(5-11)(130-94)		Ккал-791, Белки-31, Жиры-39, У/в-88	130-82

Комплекс 1 (5-11 классы)

30	Помидоры свежие порционные	Ккал-7, У/в-1	5-28
180	Макароны запеченные с сыром	Ккал-301, Белки-10, Жиры-11, У/в-38	26-99
100	Соус Болонье	Ккал-213, Белки-13, Жиры-17, У/в-9	50-94
122	Яблоко	Белки-1, Жиры-1, У/в-13	17-57
200	Чай черный с ягодами(смородина)	Ккал-58, У/в-15	6-50
25	Хлеб Крестьянский витаминизированный	Ккал-48, Белки-2, У/в-11	2-40
Итого за 5-11 (110-00)		Ккал-626, Белки-25, Жиры-29, У/в-87	109-68

Директор

Роганов
Владимир
Владимирович

Бухгалтер

Заведующая
производством
столовойЛуканина Ольга
Александровна

Согласовано