

27.09.2022

Школа Родники

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

Полдник

200	Сок фруктовый	Ккал-92, У/в-23	23-40
65	Манник	Ккал-245, Белки-3, Жиры-12, У/в-30	11-20
Итого за Полдник(30)		Ккал-337, Белки-4, Жиры-13, У/в-52	34-60

Комплекс (1-4 классы)

43	Помидоры свежие порционные	Ккал-9, У/в-2	7-57
150	Макаронные изделия отварные	Ккал-185, Белки-5, Жиры-4, У/в-32	9-44
120	Котлеты Школьные с соусом красным		45-81
200	Чай с молоком	Ккал-87, Белки-2, Жиры-2, У/в-17	7-81
25	Хлеб Крестьянский витаминизированный	Ккал-48, Белки-2, У/в-11	2-40
25	Хлеб Чусовской обогащенный йодом	Ккал-53, Белки-2, У/в-12	2-40
Итого за 1-4 (75-58)-завтрак		Ккал-383, Белки-10, Жиры-6, У/в-73	75-43

Обед 5-11 классы

15	Огурцы свежие порционные		1-84
250/10	Рассольник Ленинградский со сметаной с мясом,	Ккал-127, Белки-2, Жиры-6, У/в-16	24-20
250	Плов Золотинка из индейки.	Ккал-381, Белки-16, Жиры-19, У/в-35	77-06
118	Яблоко	У/в-12	16-99
200	Компот из сухофруктов	Ккал-83, Белки-1, У/в-20	6-01
25	Хлеб Крестьянский витаминизированный	Ккал-48, Белки-2, У/в-11	2-40
25	Хлеб Чусовской обогащенный йодом	Ккал-53, Белки-2, У/в-12	2-40
Итого за Обед 5-11(130-94)		Ккал-692, Белки-23, Жиры-26, У/в-105	130-90

Комплекс 1 (5-11 классы)

35	Помидоры свежие порционные	Ккал-8, У/в-1	6-16
130	Яблоко	У/в-12	18-72
250	Плов Золотинка из индейки.	Ккал-381, Белки-16, Жиры-19, У/в-35	77-06
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 5-11 (110-00)		Ккал-548, Белки-20, Жиры-20, У/в-85	109-83

Директор

Роганов
Владимир
Владимирович

Бухгалтер

Заведующая
производством
столовойЛукомина Ольга
Александровна

Согласовано