

26.09.2022

Школа 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 вишни	Ккал-91, У/в-48	13-84
75	Крендель с сахаром		20-78
Итого за Полдник(30)		Ккал-91, У/в-48	34-62
<u>Комплексе (1-4 классы)</u>			
25/10	Батон с маслом сливочным	Ккал-129, Белки-4, Жиры-8, У/в-14	12-73
125	Йогурт	Ккал-92, Белки-7, Белки-2, У/в-10	36-80
200	Каша пшеничная молочная с маслом	Ккал-120, Белки-3, Жиры-5, У/в-16	22-74
200	Чай с сахаром	Ккал-58, У/в-15	3-09
Итого за 1-4 (75-58)-завтрак		Ккал-399, Белки-16, Жиры-12, У/в-54	75-36
<u>Обед 5-11 классы</u>			
30	Кукуруза консервированная	Ккал-47, Жиры-4, У/в-2	15-00
250/10	Суп картофельный с крупой с мясом	Ккал-117, Белки-3, Жиры-6, У/в-21	27-04
180	Каша гречневая рассыпчатая.	Ккал-279, Белки-8, Жиры-11, У/в-41	20-75
100	Гуляш из свинины с отрубями	Ккал-132, Белки-14, Жиры-7, У/в-4	53-52
200	Напиток с витаминами Витошка	Ккал-15, Белки-2, У/в-4	9-52
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 Обед5-11(130-94)		Ккал-692, Белки-31, Жиры-28, У/в-94	130-63

<u>Комплексе 1 (5-11 классы)</u>			
53	Огурцы свежие порционные		6-49
120	Яблоко	У/в-11	17-28
180	Каша гречневая рассыпчатая.	Ккал-279, Белки-8, Жиры-11, У/в-41	20-75
100	Гуляш из свинины с отрубями	Ккал-132, Белки-14, Жиры-7, У/в-4	53-52
200	Напиток с витаминами Витошка	Ккал-15, Белки-2, У/в-4	9-52
25	Хлеб Крестьянский витаминизированный	Ккал-48, Белки-2, У/в-11	2-40
Итого за 5-11 (110-00)		Ккал-474, Белки-26, Жиры-18, У/в-70	109-96

Директор

Роганов
Владимир
Владимирович

Бухгалтер

Заведующая
производством
столовойЛукозина Ольга
Александровна

Согласовано