

Школа Родники

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

Комплекс (1-4 классы)

30	Огурцы свежие порционные	Ккал-8, Жиры-1	3-67
150	Макаронные изделия отварные	Ккал-185, Белки-5, Жиры-4, У/в-32	9-44
100	Поджарка из индейки	Ккал-205, Белки-15, Жиры-14, У/в-5	56-66
200	Чай с сахаром	Ккал-58, У/в-15	3-12
25	Хлеб Крестьянский витаминизированный	Ккал-48, Белки-2, У/в-11	2-40
Итого за 1-4 (75-58)-завтрак		Ккал-504, Белки-22, Жиры-18, У/в-63	75-29

Обед 5-11 классы

28	Помидоры свежие порционные	Ккал-6, У/в-1	4-93
250/10	Борщ с капустой и картофелем со сметаной с мясом.	Ккал-114, Белки-2, Жиры-6, У/в-13	26-23
200	Капуста тушеная.	Ккал-125, Белки-5, Жиры-3, У/в-18	18-38
100	Котлета рубленая из филе куриного с отрубями	Ккал-332, Белки-20, Жиры-39, У/в-332	61-48
200	Компот из кураги	Ккал-83, Белки-1, У/в-20	15-06
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-761, Белки-30, Жиры-49, У/в-406	130-88

Комплекс1 (5-11классы)

15	Помидоры свежие порционные	Ккал-3, У/в-1	2-64
180	Макаронные изделия отварные.	Ккал-222, Белки-6, Жиры-5, У/в-39	11-31
100	Индейка по Люблински	Ккал-249, Белки-27, Жиры-18, У/в-10	71-78
120	Яблоко	Белки-1, Жиры-1, У/в-13	17-28
205	Чай с лимоном,		4-24
25	Хлеб Крестьянский витаминизированный	Ккал-48, Белки-2, У/в-11	2-40
Итого за 5-11 (110-00)		Ккал-523, Белки-36, Жиры-24, У/в-73	109-65
<u>ГПД</u>			
200	Чай черный с ягодами(облепиха)	Ккал-58, У/в-15	5-20
75	Пирожок слоеный с творогом		29-19
Итого за ГПД(105-00)		Ккал-58, У/в-15	34-39

Директор



Роганов
Владимир
Владимирович

Бухгалтер



Заведующая
производством
столовой



Луконина Ольга
Александровна

Согласовано _____