

Школа Родники

Выход (Е)	Наименование блюда	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Полдник			
200	Сок фруктовый.	Ккал-60, У/в-15	23-40
65	Манник	Ккал-245, Белки-3, Жиры-12, У/в-30	11-53
Итого за Полдник(30)		Ккал-304, Белки-3, Жиры-13, У/в-45	34-93
Комплекс (1-4 классы)			
150	Пюре картофельное	Ккал-133, Белки-3, Жиры-4, У/в-21	20-66
100	Суфле "Рыбка"	Ккал-198, Белки-14, Жиры-12, У/в-10	48-17
205	Чай с лимоном,,		4-37
24	Хлеб Крестьянский витаминизированный	Ккал-46, Белки-1, У/в-10	2-30
Итого за 1-4 (75-58)-завтрак		Ккал-377, Белки-18, Жиры-15, У/в-40	75-50
Обед 5-11классы			
250/5/1 0	Рассольник Ленинградский со сметаной с мясом,	Ккал-129, Белки-2, Жиры-6, У/в-16	22-78
180	Макаронные изделия отварные.	Ккал-222, Белки-6, Жиры-5, У/в-39	11-31
100	Поджарка из индейки	Ккал-205, Белки-15, Жиры-14, У/в-5	59-44
200	Напиток из шиповника	Ккал-64, У/в-16	9-92
25	Хлеб Крестьянский витаминизированный	Ккал-48, Белки-2, У/в-11	2-40
38	Слойка с малиной		24-80
Итого за Обед5-11(130-94)		Ккал-669, Белки-25, Жиры-25, У/в-86	130-65
Комплекс1 (5-11классы)			
26	Горошек консервированный	Ккал-41, Жиры-4, У/в-2	10-70
180	Пюре картофельное.	Ккал-160, Белки-4, Жиры-4, У/в-25	24-79
100	Поджарка из индейки	Ккал-205, Белки-15, Жиры-14, У/в-5	59-44
200	Напиток из шиповника	Ккал-64, У/в-16	9-92
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-571, Белки-22, Жиры-22, У/в-69	109-65
Итого за		Ккал-1 921, Белки-69, Жиры-75, У/в-240	350-73

Директор

Роганов
Владимир
Владимирович

Бухгалтер

Заведующая
производством
столовой

Луконина Ольга
Алексасовна

Согласовано