

Школа Родники

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

Полдник

200	Компот из смородины	Ккал-91, У/в-48	20-26
85	Манник	Ккал-320, Белки-4, Жиры-16, У/в-39	14-48
Итого за Полдник(30)		Ккал-411, Белки-5, Жиры-16, У/в-87	34-74

Комплекс (1-4 классы)

30	Помидоры свежие порционные	Ккал-7, У/в-1	7-68
120	Котлеты Школьные с соусом красным		45-69
150	Макаронные изделия отварные	Ккал-185, Белки-5, Жиры-4, У/в-32	9-44
200	Чай с молоком	Ккал-87, Белки-2, Жиры-2, У/в-17	7-72
25	Хлеб Крестьянский витаминизированный	Ккал-48, Белки-2, У/в-11	2-40
25	Хлеб Чусовской обоготенный йодом	Ккал-53, Белки-2, У/в-12	2-40
Итого за 1-4 (75-58)-завтрак		Ккал-380, Белки-10, Жиры-6, У/в-73	75-33

Обед 5-11классы

30	Кукуруза консервированная	Ккал-47, Жиры-4, У/в-2	15-00
250/10	Рассольник Ленинградский со сметаной с мясом,	Ккал-127, Белки-2, Жиры-6, У/в-16	24-70
250	Плов Золотинка из индейки.	Ккал-381, Белки-16, Жиры-19, У/в-35	80-50
200	Компот из сухофруктов	Ккал-83, Белки-1, У/в-20	5-89
25	Хлеб Крестьянский витаминизированный	Ккал-48, Белки-2, У/в-11	2-40
25	Хлеб Чусовской обоготенный йодом	Ккал-53, Белки-2, У/в-12	2-40
Итого за Обед5-11(130-94)		Ккал-740, Белки-23, Жиры-29, У/в-95	130-89

Комплекс1 (5-11классы)

20	Помидоры свежие порционные	Ккал-4, У/в-1	5-12
117	Яблоко	У/в-10	16-85
250	Плов Золотинка из индейки.	Ккал-381, Белки-16, Жиры-19, У/в-35	80-50
200	Чай с сахаром	Ккал-58, У/в-15	3-00
22	Хлеб Чусовской обоготенный йодом	Ккал-47, Белки-2, У/в-10	2-11
25	Хлеб Крестьянский витаминизированный	Ккал-48, Белки-2, У/в-11	2-40
Итого за 5-11 (110-00)		Ккал-538, Белки-20, Жиры-19, У/в-82	109-98

Директор

Роганов
Владимир
Владимирович

Бухгалтер

Заведующая
производством
столовой

Луконина Ольга
Алексасовна

Согласовано