

Школа Родники

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

Полдник

200/7	Чай с лимоном	Ккал-39, У/в-10	4-92
75	Кекс творожный		29-85
Итого за Полдник(30)		Ккал-39, У/в-10	34-77

Комплекс (1-4 классы)

32	Помидоры свежие порционные	Ккал-7, У/в-1	8-19
150	Рис припущенный	Ккал-193, Белки-4, Жиры-3, У/в-37	13-35
120	Шницель мясной с соусом	Ккал-261, Белки-16, Жиры-14, У/в-16	46-13
200	Чай с сахаром	Ккал-58, У/в-15	3-00
25	Хлеб Чусовской обоготенный 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 1-4 (75-58)-завтрак		Ккал-620, Белки-23, Жиры-18, У/в-91	75-47

Обед 5-11классы

28	Горошек консервированный	Ккал-44, Жиры-4, У/в-2	11-53
250/10	Борщ с капустой и картофелем со сметаной с мясом.	Ккал-114, Белки-2, Жиры-6, У/в-13	26-69
100	Соус Болоньезе	Ккал-213, Белки-13, Жиры-17, У/в-9	52-13
180	Макаронь запеченные с сыром	Ккал-301, Белки-10, Жиры-11, У/в-38	26-14
200	Напиток с витаминами	Ккал-15, Белки-2, У/в-4	9-52
25	Витошка		
25	Хлеб Чусовской обоготенный 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 Обед5-11(130-94)		Ккал-788, Белки-31, Жиры-39, У/в-88	130-81

Комплекс1 (5-11классы)

21	Помидоры свежие порционные	Ккал-5, У/в-1	5-38
100	Соус Болоньезе	Ккал-213, Белки-13, Жиры-17, У/в-9	52-13
180	Макароны запеченные с сыром	Ккал-301, Белки-10, Жиры-11, У/в-38	26-14
121	Яблоко	Белки-1, Жиры-1, У/в-13	17-42
200	Чай черный с ягодами(смородина)	Ккал-58, У/в-15	6-46
25	Хлеб Крестьянский витаминизированный	Ккал-48, Белки-2, У/в-11	2-40

Итого за 5-11 (110-00) Ккал-624, Белки-25, Жиры-29, У/в-87 **109-93**

Директор

Роганов
Владимир
Владимирович

Бухгалтер

Заведующая
производством
столовой

Луконина Ольга
Алексасовна

Согласовано