

Школа Родники

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Полдник</u>			
200/10	Чай с лимоном..	Ккал-39, У/в-10	5-49
85	Булочка Аппетитная с маком		29-45
Итого за Полдник(30)		Ккал-39, У/в-10	34-94
<u>Комплекс (1-4 классы)</u>			
100	Тефтели из мяса с соусом	Ккал-262, Белки-10, Жиры-17, У/в-17	49-08
180	Рис припущенный.	Ккал-231, Белки-4, Жиры-4, У/в-45	16-02
200	Чай черный с ягодами(облепиха)	Ккал-58, У/в-15	5-06
30	Хлеб Крестьянский витаминизированный	Ккал-58, Белки-2, У/в-13	2-88
25	Хлеб Чусовской обоготенный йодом	Ккал-53, Белки-2, У/в-12	2-40
Итого за 1-4 (75-58)-завтрак		Ккал-662, Белки-18, Жиры-21, У/в-101	75-44
<u>Обед 5-11классы</u>			
30	Кукуруза консервированная	Ккал-47, Жиры-4, У/в-2	15-00
250/10/ 2	Суп лапша домашняя с филе кур...	Ккал-300, Белки-7, Жиры-15, У/в-35	17-80
250	Жаркое по домашнему из свинины	Ккал-467, Белки-12, Жиры-9, У/в-43	73-32
200	Компот из смородины	Ккал-91, У/в-48	19-99
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-1 007, Белки-23, Жиры-29, У/в-150	130-91

Комплекс1 (5-11классы)

28	Кукуруза консервированная	Ккал-44, Жиры-4, У/в-2	14-00
250	Жаркое по домашнему из свинины	Ккал-467, Белки-12, Жиры-9, У/в-43	73-32
200	Компот из смородины	Ккал-91, У/в-48	19-99
28	Хлеб Крестьянский витаминизированный	Ккал-54, Белки-2, У/в-12	2-69

Итого за 5-11 (110-00) Ккал-656, Белки-14, Жиры-14, У/в-105

110-00

Итого за Ккал-2 364, Белки-55, Жиры-64, У/в-366

351-29

Директор

Роганов
Владимир
Владимирович

Бухгалтер

Заведующая
производством
столовой

Дуконина Ольга
Алексасовна

Согласовано