

Школа Родники

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Полдник</u>			
200	Компот из вишни	Ккал-91, У/в-48	13-42
100	Шаньга со сметаной		21-15
Итого за Полдник(30)		Ккал-91, У/в-48	34-57
<u>Комплексе (1-4 классы)</u>			
10/20/2 5	Бутерброд Школьный на батоне	Ккал-158, Белки-5, Жиры-8, У/в-7	23-71
200	Каша Дружба молочная с маслом	Ккал-127, Белки-4, Жиры-3, У/в-22	24-26
139	Яблоко	Белки-1, Жиры-1, У/в-14	20-02
200	Чай с молоком	Ккал-87, Белки-2, Жиры-2, У/в-17	7-55
Итого за 1-4 (75-58)-завтрак		Ккал-372, Белки-10, Жиры-13, У/в-61	75-54
<u>Обед 5-11классы</u>			
28	Кукуруза консервированная	Ккал-44, Жиры-4, У/в-2	14-00
250/10	Суп пюре из разных овощей с гренками	Ккал-118, Белки-4, Жиры-6, У/в-13	15-82
250	Плов Золотинка	Ккал-187, Белки-4, Жиры-4, У/в-17	69-14
122	Яблоко	Белки-1, Жиры-1, У/в-13	17-57
200	Напиток с витаминками Витошка	Ккал-15, Белки-2, У/в-4	9-52
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-465, Белки-14, Жиры-15, У/в-71	130-85

Комплекс1 (5-11классы)

20	Огурцы свежие порционные	Ккал-5	6-53
120	Голень запеченная в пряном соусе	Ккал-241, Белки-15, Жиры-11, У/в-10	56-57
180	Каша гречневая рассыпчатая.	Ккал-279, Белки-8, Жиры-11, У/в-41	20-15
122	Яблоко	Белки-1, Жиры-1, У/в-13	17-57
205	Чай с лимоном,,		4-20
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-626, Белки-27, Жиры-23, У/в-86 **109-82**

Директор

Роганов
Владимир
Владимирович

Бухгалтер

Заведующая
производством
столовой

Луконина Ольга
Алексаовна

Согласовано _____