

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	13-11
80	Крендель с сахаром		21-43
Итого за Полдник(30)		Ккал-91, У/в-48	34-54
<u>Комплекс I (5-11 классы)</u>			
118	Яблоко	У/в-11	16-99
100	Гуляш из свинины с отрубями	Ккал-132, Белки-14, Жиры-7, У/в-4	59-79
180	Каша гречневая рассыпчатая.	Ккал-279, Белки-8, Жиры-11, У/в-41	20-15
200	Напиток с витаминами Витошка	Ккал-15, Белки-2, У/в-4	10-68
24	Хлеб Крестьянский витаминизированный	Ккал-46, Белки-1, У/в-10	2-30
Итого за 5-11 (110-00)		Ккал-472, Белки-26, Жиры-18, У/в-70	109-91
<u>Комплекс (1-4 классы)</u>			
25/15	Батон с маслом сливочным..	Ккал-129, Белки-4, Жиры-8, У/в-14	16-15
125	Йогурт	Ккал-92, Белки-7, Белки-2, У/в-10	36-80
200	Каша пшеничная молочная с маслом	Ккал-120, Белки-3, Жиры-5, У/в-16	22-64
200/8	Чай с лимоном .		5-02
Итого за 1-4 (81-02)-завтрак		Ккал-341, Белки-16, Жиры-12, У/в-39	80-61



Обед 5-11классы

34	Кукуруза консервированная	Ккал-54, Жиры-5, У/в-2	17-00
250/10	Суп картофельный с крупной с мясом	Ккал-117, Белки-3, Жиры-6, У/в-21	27-77
100	Гуляш из свинины с отрубями	Ккал-132, Белки-14, Жиры-7, У/в-4	59-79
180	Каша гречневая рассыпчатая.	Ккал-279, Белки-8, Жиры-11, У/в-41	20-15
200	Напиток с витаминами Витошка	Ккал-15, Белки-2, У/в-4	10-68
25	Хлеб Крестьянский витаминизированный	Ккал-48, Белки-2, У/в-11	2-40
25	Хлеб Чусовской обогащенный йодом	Ккал-53, Белки-2, У/в-12	2-40
Итого за Обед5-11(140-37)		Ккал-698, Белки-31, Жиры-29, У/в-94	140-19

Директор

Роганов
Владимир
Владимирович

Бухгалтер

Заведующая
производством
столовой

Луконина Ольга
Алексасовна

Согласовано