

Школа Родники

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Полдник</u>			
200	Напиток из шиповника	Ккал-64, У/в-16	9-70
65	Пирожок слоеный с творогом		24-52
Итого за Полдник(30)		Ккал-64, У/в-16	34-22
<u>Комплекс1 (5-11классы)</u>			
15	Горошек консервированный	Ккал-24, Жиры-2, У/в-1	9-88
100	Филе куриное тушеное в сметанном соусе	Ккал-253, Белки-23, Жиры-13, У/в-21	58-06
180	Рагу овощное..	Ккал-116, Белки-3, Жиры-6, У/в-13	19-48
200	Компот из смородины	Ккал-91, У/в-48	19-99
25	Хлеб Крестьянский витаминизированный	Ккал-48, Белки-2, У/в-11	2-40
Итого за 5-11 (110-00)		Ккал-532, Белки-28, Жиры-22, У/в-93	109-81
<u>Комплексе (1-4 классы)</u>			
35	Батон с маслом сливочным	Ккал-129, Белки-4, Жиры-8, У/в-14	11-87
220	Творожный пудинг	Ккал-424, Белки-28, Жиры-20, У/в-34	61-77
20	Соус клубничный	Ккал-5, У/в-1	4-33
200	Чай с сахаром	Ккал-58, У/в-15	2-83
Итого за 1-4 (81-02)-завтрак		Ккал-616, Белки-32, Жиры-27, У/в-63	80-80
<u>Обед 5-11классы</u>			
20	Горошек консервированный	Ккал-32, Жиры-3, У/в-1	13-17
250/10/ 10/2	Суп картофельный с бобовыми и гренками с мясом зелень	Ккал-167, Белки-6, Жиры-6, У/в-22	23-41
140	Котлета по Домашнему с соусом	Ккал-212, Белки-13, Жиры-15, У/в-9	58-95
180	Рагу овощное..	Ккал-116, Белки-3, Жиры-6, У/в-13	19-48
200	Компот из смородины	Ккал-91, У/в-48	19-99
28	Хлеб Крестьянский витаминизированный	Ккал-54, Белки-2, У/в-12	2-69
25	Хлеб Чусовской обогащенный йодом	Ккал-53, Белки-2, У/в-12	2-40
Итого за Обед5-11(140-37)		Ккал-725, Белки-26, Жиры-30, У/в-116	140-09



Директор

Роганов
Владимир
Владимирович

Бухгалтер

Заведующая
производством
столовой

Луконина Ольга
Алексасовна

Согласовано