



Школа Родники

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

Полдник

200/8	Чай с лимоном .		5-02
85	Булочка Аппетитная с маком		29-56

Итого за Полдник(30)

34-58

Комплекс1 (5-11классы)

24	Кукуруза консервированная	Ккал-38, Жиры-3, У/в-1	12-00
250	Жаркое по домашнему из свинины	Ккал-467, Белки-12, Жиры-9, У/в-43	73-30
200	Компот из смородины	Ккал-91, У/в-48	19-99
25	Хлеб Крестьянский витаминизированный	Ккал-48, Белки-2, У/в-11	2-40
24	Хлеб Чусовской обоготенный йодом	Ккал-51, Белки-2, У/в-11	2-30

Итого за 5-11 (110-00) Ккал-695, Белки-16, Жиры-13, У/в-114

109-99

Комплекс (1-4 классы)

18	Помидоры свежие порционные	Ккал-4, У/в-1	6-05
100	Тефтели из мяса с соусом	Ккал-262, Белки-10, Жиры-17, У/в-17	49-07
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
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 1-4 (81-02)-завтрак Ккал-656, Белки-18, Жиры-21, У/в-100

81-00

Обед 5-11классы

20	Кукуруза консервированная	Ккал-32, Жиры-3, У/в-1	10-00
250/10/ 1	Суп лапша домашняя с филе кур...	Ккал-299, Белки-7, Жиры-14, У/в-35	17-54
300	Жаркое по домашнему из свинины	Ккал-560, Белки-14, Жиры-11, У/в-52	87-97
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(140-37) Ккал-1 083, Белки-25, Жиры-29, У/в-158 **140-30**

Итого за Ккал-2 434, Белки-59, Жиры-64, У/в-372

Директор

Роганов
Владимир
Владимирович

Бухгалтер

Заведующая
производством
столовой

Луконина Ольга
Алексасовна

Согласовано