

Школа Родники

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

Полдник

200 **Компот из вишни** Ккал-91, У/в-48 **13-32**

100 **Шаньга со сметаной** **21-38**

Итого за Полдник(30) Ккал-91, У/в-48 **34-70**

Комплекс1 (5-11классы)

17 **Огурцы свежие порционные** **6-94**

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**

120 **Яблоко** Белки-1, Жиры-1, У/в-13 **17-28**

200/5 **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-621, Белки-27, Жиры-23, У/в-85 **109-94**

Комплекс (1-4 классы)

10/20/2 **Бутерброд Школьный на
5 батоне** Ккал-158, Белки-5, Жиры-8, У/в-7 **23-71**

250 **Каша Дружба молочная с
маслом** Ккал-159, Белки-5, Жиры-3, У/в-28 **30-75**

130 **Яблоко** Белки-1, Жиры-1, У/в-14 **18-72**

200 **Чай с молоком** Ккал-87, Белки-2, Жиры-2, У/в-17 **7-55**

Итого за 1-4 (81-02)-завтрак Ккал-404, Белки-11, Жиры-13, У/в-66 **80-73**

Обед 5-11классы

23	Кукуруза консервированная	Ккал-36, Жиры-3, У/в-1	11-50
250/10/ 10	Суп пюре из разных овощей с грёнками с филе кур	Ккал-118, Белки-4, Жиры-6, У/в-13	27-46
250	Плов Золотинка	Ккал-187, Белки-4, Жиры-4, У/в-17	69-76
120	Яблоко	Белки-1, Жиры-1, У/в-13	17-28
200	Напиток с витаминами 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(140-37)		Ккал-457, Белки-14, Жиры-14, У/в-70	140-32

Директор



Роганов
Владимир
Владимирович

Бухгалтер



Заведующая
производством
столовой



Луконина Ольга
Алексасовна

Согласовано
