

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 | 13-32 |
| 80 | Крендель с сахаром | | 21-68 |
| Итого за Полдник(30) | | Ккал-91, У/в-48 | 35-00 |
| <u>Комплекc1 (5-11классы)</u> | | | |
| 19 | Помидоры свежие порционные | Ккал-4, У/в-1 | 6-53 |
| 120 | Яблоко | У/в-11 | 17-28 |
| 100 | Гуляш из свинины с отрубями | Ккал-132, Белки-14, Жиры-7, У/в-4 | 54-12 |
| 180 | Каша гречневая рассыпчатая. | Ккал-279, Белки-8, Жиры-11, У/в-41 | 20-15 |
| 200 | Напиток с витаминами | Ккал-15, Белки-2, У/в-4 | 9-52 |
| 25 | Хлеб Крестьянский витаминизированный | Ккал-48, Белки-2, У/в-11 | 2-40 |
| Итого за 5-11 (110-00) | | Ккал-478, Белки-26, Жиры-18, У/в-71 | 110-00 |
| <u>Комплекc (1-4 классы)</u> | | | |
| 25/5/10 | Батон с маслом сливочным и сыром. | Ккал-178, Белки-6, Жиры-17, У/в-14 | 18-32 |
| 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 | 23-06 |
| 200 | Чай с сахаром | Ккал-58, У/в-15 | 2-83 |
| Итого за 1-4 (81-02)-завтрак | | Ккал-448, Белки-18, Жиры-22, У/в-54 | 81-01 |



Обед 5-11классы

| | | | |
|--|---|------------------------------------|---------------|
| 49 | Кукуруза консервированная | Ккал-77, Жиры-7, У/в-3 | 24-50 |
| 250/10 | Суп картофельный с крупой с мясом | Ккал-117, Белки-3, Жиры-6, У/в-21 | 27-28 |
| 100 | Гуляш из свинины с отрубями | Ккал-132, Белки-14, Жиры-7, У/в-4 | 54-12 |
| 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 | 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-722, Белки-31, Жиры-31, У/в-95 | | | 140-37 |

Директор

Роганов
Владимир
Владимирович

Бухгалтер

Заведующая
производством
столовой

Луконина Ольга
Алексаовна

Согласовано