



Школа Родники

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Полдник</u>			
200	<i>Компот из смородины</i>	Ккал-91, У/в-48	19-99
85	<i>Манник</i>	Ккал-320, Белки-4, Жиры-16, У/в-39	14-86
Итого за Полдник(30)		Ккал-411, Белки-5, Жиры-16, У/в-87	34-85
<u>Комплекс1 (5-11классы)</u>			
15	<i>Огурцы свежие порционные</i>		6-12
250	<i>Плов Золотинка из индейки.</i>	Ккал-381, Белки-16, Жиры-19, У/в-35	81-15
121	<i>Яблоко</i>	Белки-1, Жиры-1, У/в-13	17-42
200	<i>Чай с сахаром</i>	Ккал-58, У/в-15	2-83
25	<i>Хлеб Крестьянский витаминизированный</i>	Ккал-48, Белки-2, У/в-11	2-40
Итого за 5-11 (110-00)		Ккал-487, Белки-18, Жиры-19, У/в-73	109-92
<u>Комплекс (1-4 классы)</u>			
33	<i>Огурцы свежие порционные</i>		13-47
120	<i>Котлеты Школьные с соусом красным</i>		45-91
150	<i>Макаронные изделия отварные</i>	Ккал-185, Белки-5, Жиры-4, У/в-32	9-44
200	<i>Чай с молоком</i>	Ккал-87, Белки-2, Жиры-2, У/в-17	7-55
25	<i>Хлеб Крестьянский витаминизированный</i>	Ккал-48, Белки-2, У/в-11	2-40
23	<i>Хлеб Чусовской обоготенный йодом</i>	Ккал-49, Белки-2, У/в-11	2-21
Итого за 1-4 (81-02)-завтрак		Ккал-369, Белки-10, Жиры-6, У/в-71	80-98

Обед 5-11классы

47	Кукуруза консервированная	Ккал-74, Жиры-7, У/в-3	23-50
250/10	Рассольник Ленинградский со сметаной с мясом,	Ккал-127, Белки-2, Жиры-6, У/в-16	25-20
250	Плов Золотинка из индейки.	Ккал-381, Белки-16, Жиры-19, У/в-35	81-15
200	Компот из сухофруктов	Ккал-83, Белки-1, У/в-20	5-57
26	Хлеб Крестьянский витаминизированный	Ккал-50, Белки-2, У/в-11	2-50
25	Хлеб Чусовской обоготенный йодом	Ккал-53, Белки-2, У/в-12	2-40
Итого за Обед5-11(140-37)		Ккал-768, Белки-23, Жиры-32, У/в-96	140-32

Директор

Роганов
Владимир
Владимирович

Бухгалтер

Заведующая
производством
столовой

Луконина Ольга
Алексасовна

Согласовано