



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
75	Кекс творожный		29-89
Итого за Полдник(30)			34-91

Комплекс 1 (5-11 классы)

26	Кукуруза консервированная	Ккал-41, Жиры-4, У/в-2	13-00
120	Голень запеченная в пряном соусе	Ккал-241, Белки-15, Жиры-11, У/в-10	56-57
180	Пюре картофельное.	Ккал-160, Белки-4, Жиры-4, У/в-25	25-94
200	Напиток из шиповника	Ккал-64, У/в-16	9-70
24	Хлеб Чусовской обоготенный йодом	Ккал-51, Белки-2, У/в-11	2-30
25	Хлеб Крестьянский витаминизированный	Ккал-48, Белки-2, У/в-11	2-40
Итого за 5-11 (110-00)			109-91

Комплекс (1-4 классы)

23	Квашеная капуста по домашнему	Ккал-19, Жиры-1, У/в-2	3-47
100	Голень запеченная в пряном соусе	Ккал-200, Белки-12, Жиры-9, У/в-8	47-15
150	Пюре картофельное	Ккал-133, Белки-3, Жиры-4, У/в-21	21-62
200	Чай черный с ягодами(смородина)	Ккал-58, У/в-15	6-38
25	Хлеб Крестьянский витаминизированный	Ккал-48, Белки-2, У/в-11	2-40
Итого за 1-4 (81-02)-завтрак			81-02

Обед 5-11классы

30	Кукуруза консервированная	Ккал-47, Жиры-4, У/в-2	15-00
250/10	Суп из разных овощей со сметаной с мясом	Ккал-114, Белки-2, Жиры-7, У/в-11	27-85
120	Тефтели из мяса с соусом.	Ккал-262, Белки-10, Жиры-17, У/в-17	63-00
180	Каша гречневая рассыпчатая.	Ккал-279, Белки-8, Жиры-11, У/в-41	20-15
200	Напиток из шиповника	Ккал-64, У/в-16	9-70
25	Хлеб Крестьянский витаминизированный	Ккал-48, Белки-2, У/в-11	2-40
23	Хлеб Чусовской обоготенный йодом	Ккал-49, Белки-2, У/в-11	2-21

Итого за Обед5-11(140-37) Ккал-863, Белки-24, Жиры-39, У/в-108 **140-31**

Директор

Роганов
Владимир
Владимирович

Бухгалтер

Заведующая
производством
столовой

Луконина Ольга
Александровна

Согласовано

27-85

20-15

9-70

2-40

2-21

140-31

Луконина Ольга
Александровна